

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА
ПО ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ОБЛАСТИ «ФИЗИЧЕСКОЕ РАЗВИТИЕ»
ДЛЯ ДЕТЕЙ (2-7 ЛЕТ)
СОСТАВЛЕНА В СООТВЕТСТВИИ С ТРЕБОВАНИЯМИ
ФЕДЕРАЛЬНОГО ГОСУДАРСТВЕННОГО ОБРАЗОВАТЕЛЬНОГО СТАНДАРТА
ДОШКОЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ
И ОСНОВНОЙ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ПРОГРАММОЙ ДО МБДОУ
«ДЕТСКИЙ САД ОБЩЕРАЗВИВАЮЩЕГО ВИДА «СОЛНЫШКО»
НА 2024-2025 УЧЕБНЫЙ ГОД**

Авторы-составители :
Костылева Е.С

Пгт. Октябрьское
2024г.

Содержание	
1. Целевой раздел. Пояснительная записка	3
1.1.Цель и задачи рабочей программы	3
1.2. Планируемые результаты освоения РП по физическому развитию	4
1.2.1.Планируемые результаты в младенческом возрасте (к одному году)	5
1.2.2.Планируемые результаты в раннем возрасте (к трем годам)	5
1.2.3.Планируемые результаты в дошкольном возрасте (к четырем годам)	5
1.2.4.Планируемые результаты в дошкольном возрасте (к пяти годам)	5
1.2.5.Планируемые результаты в дошкольном возрасте (к шести годам)	5
1.2.6. Планируемые результаты на этапе завершения освоения Федеральной программы (к концу дошкольного возраста):	6
1.2.7.Педагогическая диагностика достижения планируемых результатов	6
2. Содержательный раздел	8
2.1.Физическое развитие	8
2.1.1.От 2 месяцев до 1 года	8
2.1.2. От 1 года до 2 лет	9
2.1.3.От 2 лет до 3 лет	10
2.1.4.От 3 лет до 4 лет	12
2.1.5. От 4 лет до 5 лет	14
2.1.6. От 5 лет до 6 лет	17
2.1.7. От 6 лет до 7 лет	21
2.2. Вариативные формы, способы, методы и средства реализации программы	27
2.3. Особенности образовательной деятельности разных видов и культурных практик	29
2.4. Способы и направления поддержки детской инициативы	31
2.5. Особенности взаимодействия педагогического коллектива с семьями обучающихся	33
2.6. Направления и задачи и содержание коррекционно-развивающей работы с детьми ОВЗ (ККР)	35
2.7. Часть программы, формируемая участниками образовательных отношений	40
2.7.1. Парциальная программа «Физическая культура дошкольникам	40
2.7.2. Парциальная программа «Кроха»	41
2.7.3. Парциальная программа «Обучение плаванию в детском саду»	41
3. Организационный раздел	42
3.1. Особенности организации развивающей предметно-пространственной среды (РППС)	42
3.1.1. РППС спортивного зала	42
3.1.2. РППС бассейна	44
3.2.Материально-техническое обеспечение и обеспеченность методическими материалами и средствами обучения и воспитания	45
3.3. Календарно-тематическое планирование	46
Календарно-тематическое планирование 2-3 лет	46
Календарно-тематическое планирование 3-4лет	78
Календарно-тематическое планирование 4-5 лет	116
Календарно-тематическое планирование 5-6 лет	151
Календарно-тематическое планирование 6-7 лет	223

1. Целевой раздел

Пояснительная записка

Настоящая рабочая программа разработана на основе примерной основной общеобразовательной программы дошкольного образования «Детство». / Под ред. Т. И. Бабаевой, А.Г. Гогоберидзе, З.А. Михайловой, образовательной программы ДООУ - в соответствии с Федеральными государственными требованиями к структуре основной общеобразовательной программы дошкольного образования.

Рабочая программа по развитию детей 2-3, 3-4, 4-5, 5-6, 6-7 лет обеспечивает разностороннее развитие воспитанников с учётом их возрастных и индивидуальных особенностей по – физическому направлению.

Рабочая программа рассчитана на 2024-2025 учебный год.

Данная программа разработана в соответствии со следующими нормативными документами:

- ✓ Конституция РФ, ст. 43,72.
- ✓ Конвенция о правах ребенка
- ✓ Федеральный закон от 29 декабря 2012 г. № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»;
- ✓ Действующим СанПин;
- ✓ Устав МБДОУ ДСОВ «Солнышко»;
- ✓ Приказ Министерства образования и науки РФ от 17 октября 2013 г. № 1155 «Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта дошкольного образования»;
- ✓ Основной образовательной программы дошкольного образования Муниципального бюджетного дошкольного образовательного учреждения «Детский сад общеразвивающего вида «Солнышко».

1.1. Приоритетные цели и задачи программы

Цель программы: разностороннего развития ребенка в период дошкольного детства с учетом возрастных и индивидуальных особенностей на основе духовно-нравственных ценностей российского народа, исторических и национально-культурных традиций.

Цель программы достигается через решение следующих **задач**:

- построение (структурирование) содержания образовательной деятельности на основе учета возрастных и индивидуальных особенностей развития;
- создание условий для равного доступа к образованию для всех детей дошкольного возраста с учетом разнообразия образовательных потребностей и индивидуальных возможностей;
- охрана и укрепление физического и психического здоровья детей, в том числе их эмоционального благополучия;
- обеспечение развития физических, личностных, нравственных качеств и основ патриотизма, интеллектуальных и художественно-творческих способностей ребенка, его инициативности, самостоятельности и ответственности;
- обеспечение психолого-педагогической поддержки семьи и повышение компетентности родителей (законных представителей) в вопросах воспитания, обучения и развития, охраны и укрепления здоровья детей, обеспечения их безопасности;
- достижение детьми на этапе завершения ДО уровня развития, необходимого и достаточного для успешного освоения ими образовательных программ начального общего образования.

Принципы и подходы дошкольного образования:

- полноценное проживание ребенком всех этапов детства (младенческого, раннего и дошкольного возрастов), 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;

–содействие и сотрудничество детей и родителей (законных представителей), совершеннолетних членов семьи, принимающих участие в воспитании детей младенческого, раннего и дошкольного возрастов, а также педагогических работников (далее вместе - взрослые);

–признание ребенка полноценным участником (субъектом) образовательных отношений;

–поддержка инициативы детей в различных видах деятельности;

–сотрудничество ДОО 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.

Часть программы, формируемая участниками образовательных отношений, направлена на развитие детей в одной или нескольких образовательных областях, видах деятельности и/или культурных практиках. Эта часть в том числе предусматривает включение воспитанников в процесс ознакомления с региональными особенностями Ханты – Мансийского автономного – округа - Югры. Основной целью работы является формирование целостных представлений о поселке городского типа Октябрьское и Октябрьском районе, в котором живут дети, через решение следующих задач:

–приобщение к истории возникновения родного города (улицы, парки, скверы);

–знакомство со знаменитыми людьми города;

–формирование представлений о достопримечательностях родного города и района, его символах;

–воспитание любви к родному дому, семье, уважения к родителям и их труду;

–формирование и развитие познавательного интереса к народному творчеству и миру ремесел в родном городе, районе;

–формирование представлений о животном и растительном мире города, о Красной книге;

–ознакомление с районом, где расположен детский сад, его историей и достопримечательностями

Часть программы, формируемая участниками образовательных отношений, учитывает современную социокультурную ситуацию развития ребенка:

–открытость окружающего мира и доступность его познания для ребенка, больше источников информации (телевидение, интернет, большое количество игр и игрушек).

–культурная неустойчивость окружающего мира, смешение культур в совокупности с многоязычностью, противоречивость предлагаемых разными культурами образцов поведения и образцов отношения к окружающему миру;

–понимание ребенком важности и неважности (второстепенности) информации, отбор содержания дошкольного образования, усиление роли взрослого в защите ребенка от негативного воздействия излишних источников познания;

–агрессивность окружающей среды и ограниченность механизмов приспособляемости человеческого организма к быстро изменяющимся условиям, наличие многочисленных вредных для здоровья факторов, негативное влияние на здоровье детей как физическое, так и психическое.

–роль инклюзивного образования, влияние на формирование у детей норм поведения, исключающих пренебрежительное отношение к детям с ограниченными возможностями здоровья (далее – ОВЗ).

1.2. Планируемые результаты освоения образовательной программы

1.2.1. Планируемые результаты в младенческом возрасте (к одному году):

- ребенок проявляет двигательную активность в освоении пространственной среды, используя движения ползания, лазанья, хватания, бросания; манипулирует предметами, начинает осваивать самостоятельную ходьбу;

1.2.2. Планируемые результаты в раннем возрасте (к трем годам):

- у ребенка развита крупная моторика, он активно использует освоенные ранее движения, начинает осваивать бег, прыжки, повторяет за взрослым простые имитационные упражнения, понимает указания взрослого, выполняет движения по зрительному и звуковому ориентирам; с желанием играет в подвижные игры;

1.2.3. Планируемые результаты в дошкольном возрасте (к четырем годам):

- ребенок демонстрирует положительное отношение к разнообразным физическим упражнениям, проявляет избирательный интерес к отдельным двигательным действиям (бросание и ловля мяча, ходьба, бег, прыжки) и подвижным играм;
- ребенок проявляет элементы самостоятельности в двигательной деятельности, с интересом включается в подвижные игры, стремится к выполнению правил и основных ролей в игре, выполняет простейшие правила построения и перестроения, выполняет ритмические упражнения под музыку;
- ребенок демонстрирует координацию движений при выполнении упражнений, сохраняет равновесие при ходьбе, беге, прыжках, способен реагировать на сигналы, переключаться с одного движения на другое, выполнять движения в общем для всех темпе;

1.2.4. Планируемые результаты в дошкольном возрасте (к пяти годам):

- ребенок проявляет интерес к разнообразным физическим упражнениям, действиям с физкультурными пособиями, настойчивость для достижения результата, испытывает потребность в двигательной активности;
- ребенок демонстрирует координацию, быстроту, силу, выносливость, гибкость, ловкость, развитие крупной и мелкой моторики, активно и с интересом выполняет основные движения, общеразвивающие упражнения и элементы спортивных упражнений, с желанием играет в подвижные игры, ориентируется в пространстве, переносит освоенные движения в самостоятельную деятельность;
- ребенок стремится узнать о правилах здорового образа жизни, готов элементарно охарактеризовать свое самочувствие, привлечь внимание взрослого в случае недомогания;
- ребенок стремится к самостоятельному осуществлению процессов личной гигиены, их правильной организации;

1.2.5. Планируемые результаты в дошкольном возрасте (к шести годам):

- ребенок демонстрирует ярко выраженную потребность в двигательной активности, проявляет интерес к новым и знакомым физическим упражнениям, пешим прогулкам, показывает избирательность и инициативу при выполнении упражнений, имеет представления о некоторых видах спорта, туризме, как форме активного отдыха;
- ребенок проявляет осознанность во время занятий физической культурой, демонстрирует выносливость, быстроту, силу, гибкость, ловкость, координацию, выполняет упражнения в заданном ритме и темпе, способен проявить творчество при составлении несложных комбинаций из знакомых упражнений;
- ребенок проявляет доступный возрасту самоконтроль, способен привлечь внимание других детей и организовать знакомую подвижную игру;
- ребенок проявляет духовно-нравственные качества и основы патриотизма в процессе ознакомления с видами спорта и достижениями российских спортсменов;
- ребенок владеет основными способами укрепления здоровья (закаливание, утренняя гимнастика, соблюдение личной гигиены, безопасное поведение и другие); мотивирован на сбережение и укрепление собственного здоровья и здоровья окружающих;

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

- у ребенка сформированы основные психофизические и нравственно-волевые качества;
- ребенок владеет основными движениями и элементами спортивных игр, может контролировать свои движения и управлять ими;
- ребенок соблюдает элементарные правила здорового образа жизни и личной гигиены;
- ребенок результативно выполняет физические упражнения (общеразвивающие, основные движения, спортивные), участвует в туристских пеших прогулках, осваивает простейшие туристские навыки, ориентируется на местности;
- ребенок проявляет элементы творчества в двигательной деятельности;
- ребенок проявляет нравственно-волевые качества, самоконтроль и может осуществлять анализ своей двигательной деятельности;
- ребенок проявляет духовно-нравственные качества и основы патриотизма в ходе занятий физической культурой и ознакомлением с достижениями российского спорта;
- ребенок имеет начальные представления о правилах безопасного поведения в двигательной деятельности; о том, что такое здоровье, понимает, как поддержать, укрепить и сохранить его;
- ребенок владеет навыками личной гигиены, может заботливо относиться к своему здоровью и здоровью окружающих, стремится оказать помощь и поддержку другим людям;
- ребенок соблюдает элементарные социальные нормы и правила поведения в различных видах деятельности, взаимоотношениях со взрослыми и сверстниками;

1.3. Педагогическая диагностика достижения планируемых результатов

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

Цели педагогической диагностики, а также особенности ее проведения определяются требованиями ФГОС ДО. При реализации Программы может проводиться оценка индивидуального развития детей ⁴, которая осуществляется педагогом в рамках педагогической диагностики. Вопрос о ее проведении для получения информации о динамике возрастного развития ребенка и успешности освоения им Программы, формах организации и методах решается непосредственно ДОО.

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

- планируемые результаты освоения основной образовательной программы ДО заданы как целевые ориентиры ДО и представляют собой социально-нормативные возрастные характеристики возможных достижений ребенка на разных этапах дошкольного детства;
- целевые ориентиры не подлежат непосредственной оценке, в том числе и в виде педагогической диагностики (мониторинга), и не являются основанием для их формального сравнения с реальными достижениями детей и основой объективной оценки соответствия установленным требованиям образовательной деятельности и подготовки детей ⁵;
- освоение Программы не сопровождается проведением промежуточных аттестаций и итоговой аттестации обучающихся ⁶.

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

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

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

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

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

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

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

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

Результаты наблюдения могут быть дополнены беседами с детьми в свободной форме, что позволяет выявить причины поступков, наличие интереса к определенному

виду деятельности, уточнить знания о предметах и явлениях окружающей действительности и другое.

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

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

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

3. Содержательный раздел

3.1. Физическое развитие

От 2 месяцев до 1 года

В области физического развития основными задачами образовательной деятельности являются:

- обеспечивать охрану жизни и укрепление здоровья ребенка, гигиенический уход, питание;
- организовывать физиологически целесообразный режим жизнедеятельности и двигательную деятельность детей, обучая основным движениям (бросание, катание, ползание, лазанье, ходьба) на основе положительного эмоционального общения и совместных действий педагога с ребенком;
- поддерживать положительную эмоциональную реакцию при выполнении движений, чувство удовлетворения и радости от совместных действий ребенка с педагогом в играх-забавах.

Содержание образовательной деятельности.

Педагог приучает ребенка к определенному жизненному ритму и порядку в ходе режимных процессов, организует двигательную деятельность, создает условия для сохранения и укрепления здоровья средствами физического воспитания.

1) С 2 месяцев педагог оказывает помощь в удержании головы в вертикальном положении, повороте ее в сторону звука, игрушки; побуждает переворачиваться со спины на бок (к 4 месяцам), на живот (к 5 месяцам), с живота на спину (к 6 месяцам); отталкиваться ногами от опоры в вертикальном положении при поддержке под мышки; побуждает захватывать и удерживать игрушку; поощряет попытки лежать на животе с опорой на предплечья, кисти рук; дотягиваться до игрушки, подползать к ней; проводит комплекс гимнастики.

2) С 6 месяцев педагог помогает осваивать движения, подготавливающие к ползанию, поощряет стремление ребенка ползать, самостоятельно садиться из положения лежа и ложиться из положения сидя, уверенно переворачиваться со спины на живот и обратно, сидеть; помогает вставать и стоять с поддержкой, переступать, держась за опору (к 8 месяцам); побуждает к манипулированию предметами (берет, осматривает, перекладывает из руки в руку, размахивает, бросает и другое); проводит с ребенком

комплекс гимнастики, включая упражнения с использованием предметов (колечки, погремушки).

3) С 9 месяцев педагог создает условия для развития ранее освоенных движений, упражняет в ползании в разных направлениях, вставании, перешагивании, побуждает приседать и вставать, делать первые шаги вдоль опоры при поддержке за руки, за одну руку, самостоятельно; ходить за каталкой, при поддержке подниматься на ступеньки; брать, держать и бросать мяч; поощряет стремление ребенка к разнообразным движениям (приседать на корточки, поднимать предметы, переносить их, открывать и закрывать крышку коробки, ставить один предмет на другой и так далее); вызывает эмоциональный отклик и двигательные реакции на игровые действия и игры-забавы ("Поехали-поехали", "Сорока-сорока", "Ладушки", "Коза рогатая", "Пташечка-перепелочка" и другое) и ритмичную музыку; проводит комплекс гимнастики и закаливания; начинает формировать первые культурно-гигиенические навыки, приучает к опрятности.

От 1 года до 2 лет

Основные задачи образовательной деятельности в области физического развития:

- создавать условия для последовательного становления первых основных движений (бросание, катание, ползание, лазанье, ходьба) в совместной деятельности педагога с ребенком;
- создавать условия для развития равновесия и ориентировки в пространстве;
- поддерживать желание выполнять физические упражнения в паре с педагогом;
- привлекать к участию в играх-забавах, игровых упражнениях, подвижных играх, побуждать к самостоятельным действиям;
- укреплять здоровье ребенка средствами физического воспитания, способствовать усвоению культурно-гигиенических навыков для приобщения к здоровому образу жизни.

Содержание образовательной деятельности.

Педагог активизирует двигательную деятельность детей, создает условия для обучения основным движениям (бросание, катание, ползание, лазанье, ходьба), развития координации при выполнении упражнений; побуждает к самостоятельному выполнению движений; обеспечивает страховку для сохранения равновесия; поощряет и поддерживает, создает эмоционально-положительный настрой, способствует формированию первых культурно-гигиенических навыков.

В процессе физического воспитания педагог обеспечивает условия для развития основных движений и выполнения общеразвивающих упражнений.

1) Основная гимнастика (основные движения, общеразвивающие упражнения).

Основные движения:

- бросание и катание: бросание мяча (диаметр 6 - 8 см) вниз, вдаль; катание мяча (диаметр 20 - 25 см) вперед из исходного положения сидя и стоя;
- ползание, лазанье: ползание по прямой на расстояние до 2 метров; подлезание под веревку, натянутую на высоте - 50 см; пролезание в обруч (диаметр 50 см), перелезание через бревно (диаметр 15 - 20 см); лазанье по лесенке-стремянке вверх и вниз (высота 1 - 1,5 метра);
- ходьба: ходьба за педагогом стайкой в прямом направлении;
- упражнения в равновесии: ходьба по дорожке (шириной 25 - 20 - 15 см), по ребристой доске; вверх и вниз по наклонной доске, приподнятой на 10 - 15 - 20 см (ширина доски 25 - 30 см, длина 1,5 - 2 м) с поддержкой; подъем на ступеньки и спуск с них, держась за опору; перешагивание через веревку, положенную на пол, палку или кубик высотой 5 - 15 - 18 см со страховкой.

Общеразвивающие упражнения:

- упражнения из исходного положения стоя, сидя, лежа с использованием предметов (погремушки, кубики, платочки и другое) и без них;

– в комплекс включаются упражнения: поднимание рук вперед и опускание, повороты корпуса вправо и влево из положения сидя, наклоны вперед (положить кубик и поднять его, перегибаясь через веревку, натянутую на высоте 40 - 45 см), сгибание и разгибание ног, приседание с поддержкой педагога или у опоры.

2) Подвижные игры и игровые упражнения: педагог организует и проводит игры-забавы, игровые упражнения, подвижные игры, побуждая детей к активному участию и вызывая положительные эмоции.

Детям предлагаются разнообразные игровые упражнения для закрепления двигательных навыков.

3) Формирование основ здорового образа жизни: педагог помогает осваивать элементарные культурно-гигиенические действия при приеме пищи, уходе за собой (при помощи педагога мыть руки перед едой и по мере загрязнения, пользоваться салфеткой, есть ложкой, пользоваться личным полотенцем и так далее).

От 2 лет до 3 лет

Основные задачи образовательной деятельности в области физического развития:

- обогащать двигательный опыт детей, помогая осваивать упражнения основной гимнастики: основные движения (бросание, катание, ловля, ползание, лазанье, ходьба, бег, прыжки), общеразвивающие и музыкально-ритмические упражнения;
- развивать психофизические качества, равновесие и ориентировку в пространстве;
- поддерживать у детей желание играть в подвижные игры вместе с педагогом в небольших подгруппах;
- формировать интерес и положительное отношение к выполнению физических упражнений, совместным двигательным действиям;
- укреплять здоровье детей средствами физического воспитания, формировать культурно-гигиенические навыки и навыки самообслуживания, приобщая к здоровому образу жизни.

Содержание образовательной деятельности.

Педагог формирует умение выполнять основные движения, общеразвивающие и музыкально-ритмические упражнения в различных формах физкультурно-оздоровительной работы (утренняя гимнастика, физкультурные занятия, подвижные игры, индивидуальная работа по развитию движений и другое), развивает психофизические качества, координацию, равновесие и ориентировку в пространстве. Педагог побуждает детей совместно играть в подвижные игры, действовать согласованно, реагировать на сигнал. Оптимизирует двигательную деятельность, предупреждая утомление, осуществляет помощь и страховку, поощряет стремление ребенка соблюдать правила личной гигиены и проявлять культурно-гигиенические навыки.

1) Основная гимнастика (основные движения, общеразвивающие упражнения).

Основные движения:

- бросание, катание, ловля: скатывание мяча по наклонной доске; прокатывание мяча педагогу и друг другу двумя руками стоя и сидя (расстояние 50 - 100 см), под дугу, в воротца; остановка катящегося мяча; передача мячей друг другу стоя; бросание мяча от груди двумя руками, снизу, из-за головы; бросание предмета в горизонтальную цель и вдаль с расстояния 100 - 125 см двумя и одной рукой; перебрасывание мяча через сетку, натянутую на уровне роста ребенка с расстояния 1 - 1,5 м; ловля мяча, брошенного педагогом с расстояния до 1 м;
- ползание и лазанье: ползание на животе, на четвереньках до погремушки (флажка) 3 - 4 м (взяв ее, встать, выпрямиться), по доске, лежащей на полу, по наклонной доске, приподнятой одним концом на 20 - 30 см; по гимнастической скамейке; проползание под дугой (30 - 40 см); влезание на лесенку-стремянку и спуск с нее произвольным способом;

- ходьба: ходьба стайкой за педагогом с перешагиванием через линии, палки, кубы; на носках; с переходом на бег; на месте, приставным шагом вперед, в сторону, назад; с предметами в руке (флажок, платочек, ленточка и другие); в рассыпную и в заданном направлении; между предметами; по кругу по одному и парами, взявшись за руки;
 - бег: бег стайкой за педагогом, в заданном направлении и в разных направлениях; между линиями (расстояние между линиями 40 - 30 см); за катящимся мячом; с переходом на ходьбу и обратно; непрерывный в течение 20 - 30 - 40 секунд; медленный бег на расстояние 40 - 80 м;
 - прыжки: прыжки на двух ногах на месте (10 - 15 раз); с продвижением вперед, через 1 - 2 параллельные линии (расстояние 10 - 20 см); в длину с места как можно дальше, через 2 параллельные линии (20 - 30 см); вверх, касаясь предмета, находящегося выше поднятых рук ребенка на 10 - 15 см;
 - упражнения в равновесии: ходьба по дорожке (ширина 20 см, длина 2 - 3 м); по наклонной доске, приподнятой одним концом на 20 см; по гимнастической скамейке; перешагивание линий и предметов (высота 10 - 15 см); ходьба по извилистой дорожке (2 - 3 м), между линиями; подъем без помощи рук на скамейку, удерживая равновесие с положением рук в стороны; кружение на месте.
 - В процессе обучения основным движениям педагог побуждает детей действовать сообща, двигаться не наталкиваясь друг на друга, придерживаться определенного направления движения, предлагает разнообразные упражнения.
- Общеразвивающие упражнения:
- упражнения для кистей рук, развития и укрепления плечевого пояса: поднимание рук вперед, вверх, разведение в стороны, отведение назад, за спину, сгибание и разгибание, выполнение хлопков руками перед собой, над головой; махи руками вверх-вниз, вперед-назад;
 - упражнения для развития и укрепления мышц спины и гибкости позвоночника: повороты вправо-влево, с передачей предмета сидящему рядом ребенку, наклоны вперед из исходного положения стоя и сидя; одновременное сгибание и разгибание ног из исходного положения сидя и лежа, поочередное поднимание рук и ног из исходного положения лежа на спине;
 - упражнения для развития и укрепления мышц брюшного пресса и гибкости позвоночника: сгибание и разгибание ног, держась за опору, приседание, потягивание с подниманием на носки и другое;
 - музыкально-ритмические упражнения, разученные на музыкальном занятии, включаются в содержание подвижных игр и игровых упражнений; педагог показывает детям и выполняет вместе с ними: хлопки в ладоши под музыку, хлопки с одновременным притопыванием, приседание "пружинка", приставные шаги вперед-назад, кружение на носочках, имитационные упражнения.
 - Педагог предлагает образец для подражания и выполняет вместе с детьми упражнения с предметами: погремушками, платочками, малыми обручами, кубиками, флажками и другое, в том числе, сидя на стуле или на скамейке.

2) Подвижные игры: педагог развивает и поддерживает у детей желание играть в подвижные игры с простым содержанием, с текстом, с включением музыкально-ритмических упражнений. Создает условия для развития выразительности движений в имитационных упражнениях и сюжетных играх, помогает самостоятельно передавать простейшие действия некоторых персонажей (попрыгать, как зайчики, помахать крылышками, как птичка, походить как лошадка, поклевать зернышки, как цыплята, и тому подобное).

3) Формирование основ здорового образа жизни: педагог формирует у детей полезные привычки и элементарные культурно-гигиенические навыки при приеме пищи, уходе за собой (самостоятельно и правильно мыть руки перед едой, после прогулки и посещения туалета, чистить зубы, пользоваться предметами личной гигиены); поощряет

умения замечать нарушения правил гигиены, оценивать свой внешний вид, приводить в порядок одежду; способствует формированию положительного отношения к закалывающим и гигиеническим процедурам, выполнению физических упражнений.

От 3 лет до 4 лет

Основные задачи образовательной деятельности в области физического развития:

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

Содержание образовательной деятельности.

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

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

1) Основная гимнастика (основные движения, общеразвивающие и строевые упражнения).

Основные движения:

- бросание, катание, ловля, метание: прокатывание двумя руками большого мяча вокруг предмета, подталкивая его сверху или сзади; скатывание мяча по наклонной доске; катание мяча друг другу, сидя парами ноги врозь, стоя на коленях; прокатывание мяча в воротца, под дугу, стоя парами; ходьба вдоль скамейки, прокатывая по ней мяч двумя и одной рукой; произвольное прокатывание обруча, ловля обруча, катящегося от педагога; бросание мешочка в горизонтальную цель
- (корзину) двумя и одной рукой; подбрасывание мяча вверх и ловля его; бросание мяча о землю и ловля его; бросание и ловля мяча в парах; бросание, одной рукой мяча в обруч, расположенный на уровне глаз ребенка, с расстояния 1,5 м; метание вдаль; перебрасывание мяча через сетку;
- ползание, лазанье: ползание на четвереньках на расстояние 4 - 5 - 6 м до кегли (взять ее, встать, выпрямиться, поднять двумя руками над головой); по гимнастической скамейке, за катящимся мячом; проползание на четвереньках под 3 - 4 дугами (высота 50 см, расстояние 1 м); ползание на четвереньках с опорой на ладони и ступни по доске; влезание на лесенку-стремянку или гимнастическую стенку произвольным способом (не пропуская реек) и спуск с нее; подлезание под дугу, не касаясь руками пола;

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

– бег: бег группами и по одному за направляющим, врассыпную, со сменой темпа; по кругу, обегая предметы, между двух или вдоль одной линии; со сменой направления, с остановками, мелким шагом, на носках; в чередовании с ходьбой; убегание от ловящего, ловля убегающего; бег в течение 50 - 60 сек; быстрый бег 10 - 15 м; медленный бег 120 - 150 м;

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

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

Общеразвивающие упражнения:

– упражнения для кистей рук, развития и укрепления мышц плечевого пояса: поднимание и опускание прямых рук вперед, отведение их в стороны, вверх, на пояс, за спину (одновременно, поочередно); перекладывание предмета из одной руки в другую; хлопки над головой и перед собой; махи руками; упражнения для кистей рук;

– упражнения для развития и укрепления мышц спины и гибкости позвоночника: потягивание, приседание, обхватив руками колени; наклоны вперед и в стороны; сгибание и разгибание ног из положения сидя; поднимание и опускание ног из положения лежа; повороты со спины на живот и обратно;

– упражнения для развития и укрепления мышц ног и брюшного пресса: поднимание и опускание ног, согнутых в коленях; приседание с предметами, поднимание на носки; выставление ноги вперед, в сторону, назад;

– музыкально-ритмические упражнения, разученные на музыкальных занятиях, педагог включает в содержание физкультурных занятий, различные формы активного отдыха и подвижные игры: ритмичная ходьба и бег под музыку по прямой и по кругу, держась за руки, на носках, топающим шагом, вперед, приставным шагом; поочередное выставление ноги вперед, на пятку, притопывание, приседания "пружинки", кружение; имитационные движения - разнообразные упражнения, раскрывающие понятный детям образ, настроение или состояние (веселый котенок, хитрая лиса, шустрый зайчик и так далее).

Строевые упражнения:

– педагог предлагает детям следующие строевые упражнения: построение в колонну по одному, в шеренгу, в круг по ориентирам; перестроение в колонну по два, врассыпную, смыкание и размыкание обычным шагом, повороты направо и налево переступанием.

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

2) Подвижные игры: педагог поддерживает активность детей в процессе двигательной деятельности, организуя сюжетные и несюжетные подвижные игры. Воспитывает умение действовать сообща, соблюдать правила, начинать и заканчивать

действия по указанию и в соответствии с сюжетом игры, двигаться определенным способом и в заданном направлении, придавать своим движениям выразительность (кошка просыпается, потягивается, мяукает).

3) Спортивные упражнения: педагог обучает детей спортивным упражнениям на прогулке или во время физкультурных занятий на свежем воздухе. Катание на санках, лыжах, велосипеде может быть организовано в самостоятельной двигательной деятельности в зависимости от имеющихся условий, а также региональных и климатических особенностей.

Катание на санках: по прямой, перевоза игрушки или друг друга, и самостоятельно с невысокой горки.

Ходьба на лыжах: по прямой, ровной лыжне ступающим и скользящим шагом, с поворотами переступанием.

Катание на трехколесном велосипеде: по прямой, по кругу, с поворотами направо, налево.

Плавание: погружение в воду, ходьба и бег в воде прямо и по кругу, игры с плавающими игрушками в воде.

4) Формирование основ здорового образа жизни: педагог поддерживает стремление ребенка самостоятельно ухаживать за собой, соблюдать порядок и чистоту, ухаживать за своими вещами и игрушками; формирует первичные представления о роли чистоты, аккуратности для сохранения здоровья, напоминает о необходимости соблюдения правил безопасности в двигательной деятельности (бегать, не наталкиваясь друг на друга, не толкать товарища, не нарушать правила).

5) Активный отдых.

Физкультурные досуги: досуг проводится 1 - 2 раза в месяц во второй половине дня на свежем воздухе, продолжительностью 20 - 25 минут. Содержание составляют подвижные игры и игровые упражнения, игры-забавы, аттракционы, хороводы, игры с пением, музыкально-ритмические упражнения.

Дни здоровья: в этот день проводятся подвижные игры на свежем воздухе, физкультурный досуг, спортивные упражнения, возможен выход за пределы участка ДОО (прогулка-экскурсия). День здоровья проводится один раз в квартал.

От 4 лет до 5 лет

Основные задачи образовательной деятельности в области физического развития:

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

Содержание образовательной деятельности.

Педагог формирует двигательные умения и навыки, развивает психофизические качества при выполнении упражнений основной гимнастики, а также при проведении

подвижных и спортивных игр. Помогает точно принимать исходное положение, поддерживает стремление соблюдать технику выполнения упражнений, правила в подвижной игре, показывает возможность использования разученного движения в самостоятельной двигательной деятельности, помогает укреплять дружеские взаимоотношения со сверстниками, слышать и выполнять указания, ориентироваться на словесную инструкцию; поощряет проявление целеустремленности и упорства в достижении цели, стремление к творчеству.

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

1) Основная гимнастика (основные движения, общеразвивающие упражнения, ритмическая гимнастика и строевые упражнения).

Основные движения:

- бросание, катание, ловля, метание: прокатывание мяча между линиями, шнурами, палками (длина 2 - 3 м), положенными (на расстоянии 15 - 20 см одна от другой) и огибая кубики или кегли, расставленные по одной линии на расстоянии 70 - 80 см; прокатывание обруча педагогу, удержание обруча, катящегося от педагога; прокатывание обруча друг другу в парах; подбрасывание мяча вверх и ловля его после удара об пол; бросание и ловля мяча в паре; перебрасывание мяча друг другу в кругу; бросание мяча двумя руками из-за головы стоя; скатывание мяча по наклонной доске, попадая в предмет; отбивание мяча правой и левой рукой о землю не менее 5 раз подряд; подбрасывание и ловля мяча не менее 3 - 4 раз подряд; бросание мяча двумя руками из-за головы сидя; бросание вдаль; попадание в горизонтальную и вертикальную цели с расстояния 2 - 2,5 м;

- ползание, лазанье: ползание на четвереньках "змейкой" между расставленными кеглями, по наклонной доске, по гимнастической скамейке на животе, подтягиваясь руками; проползание в обручи, под дуги; влезание на гимнастическую стенку и спуск с нее, не пропуская реек; переход по гимнастической стенке с пролета на пролет вправо и влево на уровне 1 - 2 рейки, ползание на четвереньках с опорой на стопы и ладони; подлезание под веревку или дугу, не касаясь руками пола прямо и боком;

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

- бег: бег в колонне по одному, на носках, высоко поднимая колени; обегая предметы; на месте; бег враспынную по сигналу с последующим нахождением своего места в колонне; в парах; по кругу, держась за руки; со сменой направляющего, меняя направление движения и темп; непрерывный бег 1 - 1,5 мин; пробегание 30 - 40 м в чередовании с ходьбой 2 - 3 раза; медленный бег 150 - 200 м; бег на скорость 20 м; челночный бег 2х5 м; перебегание подгруппами по 5 - 6 человек с одной стороны площадки на другую; бег враспынную с ловлей и увертыванием;

- прыжки: прыжки на двух ногах на месте, с поворотом вправо и влево, вокруг себя, ноги вместе-ноги врозь, стараясь достать предмет, подвешенный над головой; подпрыгивание на двух ногах с продвижением вперед на 2 - 3 м; перепрыгивание через шнур, плоский кубик (высота 5 см), через 4 - 6 линий (расстояние между линиями 40 - 50 см); выполнение 20 подпрыгиваний с небольшими перерывами; прыжки в длину с места; спрыгивание со скамейки; прямой галоп; попытки выполнения прыжков с короткой скакалкой;

– упражнения в равновесии: ходьба по доске, по скамье (с перешагиванием через предметы, с мешочком на голове, с предметом в руках, ставя ногу с носка руки в стороны); ходьба по доске до конца и обратно с поворотом; ходьба по наклонной доске вверх и вниз; стойка на одной ноге, вторая поднята коленом вперед, в сторону, руки в стороны или на пояс; пробегание по наклонной доске вверх и вниз; ходьба по доске и расхождение вдвоем на ней; кружение в одну, затем в другую сторону с платочками, руки на пояс, руки в стороны.

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

Общеразвивающие упражнения:

– упражнения для кистей рук, развития и укрепления мышц рук и плечевого пояса: основные положения и движения рук (в стороны, вперед, вверх, назад, за спину, на пояс, перед грудью); переключивание предмета из одной руки в другую; сгибание и разгибание рук, махи руками; сжатие и разжимание кистей рук, вращение кистями; выполнение упражнений пальчиковой гимнастики; повороты головы вправо и влево, наклоны головы;

– упражнения для развития и укрепления мышц спины и гибкости позвоночника: наклоны вперед, вправо, влево, повороты корпуса вправо и влево из исходных положений стоя и сидя; поочередное поднятие ног из положения лежа на спине, на животе, стоя на четвереньках;

– упражнения для развития и укрепления мышц ног и брюшного пресса: сгибание и разгибание ног; отведение ноги вперед, в сторону, назад; выставление ноги на пятку (носок); приседания на всей стопе и на носках с разведением коленей в стороны; поднятие на носки и опускание на всю ступню; захватывание стопами и переключивание предметов с места на место.

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

Ритмическая гимнастика:

– музыкально-ритмические упражнения, разученные на музыкальном занятии, педагог включает в комплексы общеразвивающих упражнений (простейшие связки упражнений ритмической гимнастики), в физкультминутки и подвижные игры. Рекомендуемые упражнения: ритмичная ходьба под музыку в разном темпе; на носках, топающим шагом, приставным шагом прямо и боком, прямым галопом, по кругу, держась за руки, с высоким подниманием колена на месте и в движении прямо и вокруг себя, подскоки по одному и в парах под музыку; выставление ноги на пятку, на носок, притопывание под ритм, повороты, поочередное "выбрасывание" ног, движение по кругу выполняя шаг с носка, ритмичные хлопки в ладоши под ритмичную музыку, комбинации из двух освоенных движений в сочетании с хлопками.

Строевые упражнения:

– педагог предлагает детям следующие строевые упражнения: построение в колонну по одному, по два, по росту, врассыпную; размыкание и смыкание на вытянутые руки, равнение по ориентирам и без; перестроение из колонны по одному в колонну по два в движении, со сменой ведущего; из одной колонны или шеренги в звенья на месте и в движении; повороты направо, налево, кругом на месте переступанием и в движении.

2) Подвижные игры: педагог продолжает закреплять основные движения и развивать психофизические качества в подвижных играх, поощряет желание выполнять роль водящего, развивает пространственную ориентировку, самостоятельность и инициативность в организации знакомых игр с небольшой группой сверстников;

приучает к выполнению правил, поощряет проявление целеустремленности, настойчивости, творческих способностей детей (придумывание и комбинирование движений в игре).

3) Спортивные упражнения: педагог обучает детей спортивным упражнениям на прогулке или во время физкультурных занятий на свежем воздухе. Катание на санках, лыжах, велосипеде может быть организовано в самостоятельной двигательной деятельности в зависимости от имеющихся условий, а также региональных и климатических особенностей.

Катание на санках: подъем с санками на гору, скатывание с горки, торможение при спуске, катание на санках друг друга.

Катание на трехколесном и двухколесном велосипеде, самокате: по прямой, по кругу с поворотами, с разной скоростью.

Ходьба на лыжах: скользящим шагом, повороты на месте, подъем на гору "ступающим шагом" и "полуелочкой".

Плавание: погружение в воду с головой, попеременные движения ног в воде, держась за бортик, доску, палку, игры с предметами в воде, доставание их со дна, ходьба за предметом в воде.

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

5) Активный отдых.

Физкультурные праздники и досуги: педагог привлекает детей данной возрастной группы к участию в праздниках детей старшего дошкольного возраста в качестве зрителей. Праздники проводятся 2 раза в год, продолжительностью не более 1 - 1,5 часов.

Досуг организуется 1 - 2 раза в месяц во второй половине дня преимущественно на свежем воздухе, продолжительностью 20 - 25 минут. Содержание составляют: подвижные игры, игры с элементами соревнования, аттракционы, музыкально-ритмические и танцевальные упражнения.

Досуги и праздники могут быть направлены на решение задач приобщения к здоровому образу жизни, иметь социально-значимую и патриотическую тематику, посвящаться государственным праздникам, включать подвижные игры народов России.

Дни здоровья проводятся 1 раз в три месяца. В этот день проводятся физкультурно-оздоровительные мероприятия, прогулки, игры на свежем воздухе.

От 5 лет до 6 лет

Основные задачи образовательной деятельности в области физического развития:

- обогащать двигательный опыт, создавать условия для оптимальной двигательной деятельности, развивая умения осознанно, технично, точно, активно выполнять упражнения основной гимнастики, осваивать спортивные упражнения, элементы спортивных игр, элементарные туристские навыки;
- развивать психофизические качества, координацию, мелкую моторику ориентировку в пространстве, равновесие, точность и меткость, воспитывать самоконтроль и самостоятельность, проявлять творчество при выполнении движений и в подвижных играх, соблюдать правила в подвижной игре, взаимодействовать в команде;
- воспитывать патриотические чувства и нравственно-волевые качества в подвижных и спортивных играх, формах активного отдыха;
- продолжать развивать интерес к физической культуре, формировать представления о разных видах спорта и достижениях российских спортсменов;

- укреплять здоровье ребенка, формировать правильную осанку, укреплять опорно-двигательный аппарат, повышать иммунитет средствами физического воспитания;
- расширять представления о здоровье и его ценности, факторах на него влияющих, оздоровительном воздействии физических упражнений, туризме как форме активного отдыха;
- воспитывать бережное и заботливое отношение к своему здоровью и здоровью окружающих, осознанно соблюдать правила здорового образа жизни и безопасности в двигательной деятельности и во время туристских прогулок и экскурсий.

Содержание образовательной деятельности.

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

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

1) Основная гимнастика (основные движения, общеразвивающие упражнения, ритмическая гимнастика и строевые упражнения).

Основные движения:

- бросание, катание, ловля, метание: прокатывание мяча по гимнастической скамейке, направляя его рукой (правой и левой); прокатывание обруча, бег за ним и ловля; прокатывание набивного мяча; передача мяча друг другу стоя и сидя, в разных построениях; перебрасывание мяча друг другу и ловля его разными способами стоя и сидя, в разных построениях; отбивание мяча об пол на месте 10 раз; ведение мяча 5 - 6 м; метание в цель одной и двумя руками снизу и из-за головы; метание вдаль предметов разной массы (мешочки, шишки, мячи и другие); перебрасывание мяча из одной руки в другую; подбрасывание и ловля мяча одной рукой 4 - 5 раз подряд; перебрасывание мяча через сетку, забрасывание его в баскетбольную корзину;
- ползание, лазанье: ползание на четвереньках, разными способами (с опорой на ладони и колени, на ступни и ладони, предплечья и колени), ползание на четвереньках по прямой, толкая головой мяч (3 - 4 м), "змейкой" между кеглями; переползание через несколько предметов подряд, под дугами, в туннеле; ползание на животе; ползание по скамейке с опорой на предплечья и колени; ползание на четвереньках по скамейке назад; проползание под скамейкой; лазанье по гимнастической стенке чередующимся шагом;
- ходьба: ходьба обычным шагом, на носках, на пятках, с высоким подниманием колен, приставным шагом в сторону (направо и налево), в полуприседе, мелким и широким шагом, перекатом с пятки на носок, гимнастическим шагом, с закрытыми глазами 3 - 4 м; ходьба "змейкой" без ориентиров; в колонне по одному и по два вдоль границ зала, обозначая повороты;
- бег: бег в колонне по одному, "змейкой", с перестроением на ходу в пары, звенья, со сменой ведущих; бег с пролезанием в обруч; с ловлей и увертыванием; высоко поднимая колени; между расставленными предметами; группами, догоняя убегающих, и убегая от ловящих; в заданном темпе, обегая предметы; мелким и широким шагом; непрерывный бег 1,5 - 2 мин; медленный бег 250 - 300 м; быстрый бег 10 м 2 - 3 - 4 раза;

челночный бег 2 x 10 м, 3 x 10 м; пробегание на скорость 20 м; бег под вращающейся скакалкой;

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

– прыжки со скакалкой: перешагивание и прыжки через неподвижную скакалку (высота 3 - 5 см); перепрыгивание через скакалку с одной ноги на другую с места, шагом и бегом; прыжки через скакалку на двух ногах, через вращающуюся скакалку;

– упражнения в равновесии: ходьба по шнуру прямо и зигзагообразно, приставляя пятку одной ноги к носку другой; стойка на гимнастической скамье на одной ноге; поднимание на носки и опускание на всю стопу, стоя на скамье; пробегание по скамье; ходьба навстречу и расхождение вдвоем на лежащей на полу доске; ходьба по узкой рейке гимнастической скамейки (с поддержкой); приседание после бега на носках, руки в стороны; кружение парами, держась за руки; "ласточка".

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

Общеразвивающие упражнения:

– упражнения для кистей рук, развития и укрепления мышц рук и плечевого пояса: поднимание рук вперед, в стороны, вверх, через стороны вверх (одновременно, поочередно, последовательно); махи руками вперед-назад с хлопком впереди и сзади себя; перекладывание предмета из одной руки в другую впереди и сзади себя; поднимание рук со сцепленными в замок пальцами (кисти повернуть тыльной стороной внутрь); сжатие и разжатие кистей;

– упражнения для развития и укрепления мышц спины и гибкости позвоночника: поднимание рук вверх и опускание вниз, стоя у стены, касаясь ее затылком, лопатками и ягодицами или лежа на спине; наклоны вперед, касаясь ладонями пола, наклоны вправо и влево; поднимание ног, сгибание и разгибание и скрещивание их из исходного положения лежа на спине;

– упражнения для развития и укрепления мышц ног и брюшного пресса: приседание, обхватывая колени руками; махи ногами; поочередное поднимание и опускание ног из положения лежа на спине, руки в упоре; захватывание предметов ступнями и пальцами ног и перекладывание их с места на место.

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

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

Ритмическая гимнастика:

– музыкально-ритмические упражнения и комплексы общеразвивающих упражнений (ритмической гимнастики) педагог включает в содержание физкультурных занятий, некоторые из упражнений в физкультминутки, утреннюю гимнастику, различные формы активного отдыха и подвижные игры. Рекомендуемые упражнения:

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

Строевые упражнения:

– педагог продолжает обучение детей строевым упражнениям: построение по росту, поддерживая равнение в колонне, шеренге; построение в колонну по одному, в шеренгу, в круг; перестроение в колонну по три, в две шеренги на месте и при передвижении; размыкание в колонне на вытянутые вперед руки, в шеренге на вытянутые руки в стороны; повороты налево, направо, кругом переступанием и прыжком; ходьба "змейкой", расхождение из колонны по одному в разные стороны с последующим слиянием в пары.

2) Подвижные игры: педагог продолжает закреплять и совершенствовать основные движения детей в сюжетных и несюжетных подвижных играх, в играх с элементами соревнования, играх-эстафетах, оценивает качество движений и поощряет соблюдение правил, помогает быстро ориентироваться в пространстве, наращивать и удерживать скорость, проявлять находчивость, целеустремленность.

Педагог обучает взаимодействию детей в команде, поощряет оказание помощи и взаимовыручки, инициативы при организации игр с небольшой группой сверстников, младшими детьми; воспитывает и поддерживает проявление нравственно-волевых качеств, самостоятельности и сплоченности, чувства ответственности за успехи команды, стремление к победе, стремление к преодолению трудностей; развивает творческие способности, поддерживает инициативу детей в играх (выбор игр, придумывание новых вариантов, комбинирование движений). Способствует формированию духовно-нравственных качеств, основ патриотизма и гражданской идентичности в подвижных играх.

3) Спортивные игры: педагог обучает детей элементам спортивных игр, которые проводятся в спортивном зале или на спортивной площадке в зависимости от имеющихся условий и оборудования, а также региональных и климатических особенностей.

Городки: бросание биты сбоку, выбивание городка с кона (5 - 6 м) и полукона (2 - 3 м); знание 3 - 4 фигур.

Элементы баскетбола: перебрасывание мяча друг другу от груди; ведение мяча правой и левой рукой; забрасывание мяча в корзину двумя руками от груди; игра по упрощенным правилам.

Бадминтон: отбивание волана ракеткой в заданном направлении; игра с педагогом.

Элементы футбола: отбивание мяча правой и левой ногой в заданном направлении; ведение мяча ногой между и вокруг предметов; отбивание мяча о стенку; передача мяча ногой друг другу (3 - 5 м); игра по упрощенным правилам.

4) Спортивные упражнения: педагог обучает детей спортивным упражнениям на прогулке или во время физкультурных занятий на свежем воздухе в зависимости от условий: наличия оборудования и климатических условий региона.

Катание на санках: по прямой, со скоростью, с горки, подъем с санками в гору, с торможением при спуске с горки.

Ходьба на лыжах: по лыжне (на расстояние до 500 м); скользящим шагом; повороты на месте (направо и налево) с переступанием; подъем на склон прямо "ступающим шагом", "полуелочкой" (прямо и наискось), соблюдая правила безопасного передвижения.

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

Плавание: с движениями прямыми ногами вверх и вниз, сидя на бортике и лежа в воде, держась за опору; ходьба по дну вперед и назад, приседая, погружаясь в воду до подбородка, до глаз, опуская лицо в воду, приседание под водой, доставая предметы, идя за предметами по прямой в спокойном темпе и на скорость; скольжение на груди, плавание произвольным способом.

5) Формирование основ здорового образа жизни: педагог продолжает уточнять и расширять представления детей о факторах, положительно влияющих на здоровье (правильное питание, выбор полезных продуктов, занятия физкультурой, прогулки на свежем воздухе). Формировать представления о разных видах спорта (футбол, хоккей, баскетбол, бадминтон, плавание, фигурное катание, художественная и спортивная гимнастика, лыжный спорт и другие) и выдающихся достижениях российских спортсменов, роли физкультуры и спорта для укрепления здоровья. Уточняет и расширяет представления о правилах безопасного поведения в двигательной деятельности (при активном беге, прыжках, взаимодействии с партнером, в играх и упражнениях с мячом, гимнастической палкой, скакалкой, обручем, предметами, пользовании спортивным инвентарем и оборудованием) и учит их соблюдать в ходе туристских прогулок. Продолжает воспитывать заботливое отношение к здоровью своему и окружающих (соблюдать чистоту и правила гигиены, правильно питаться, выполнять профилактические упражнения для сохранения и укрепления здоровья).

6) Активный отдых.

Физкультурные праздники и досуги: педагоги организуют праздники (2 раза в год, продолжительностью не более 1,5 часов). Содержание праздников составляют ранее освоенные движения, в том числе, спортивные и гимнастические упражнения, подвижные и спортивные игры.

Досуг организуется 1 - 2 раза в месяц во второй половине дня преимущественно на свежем воздухе, продолжительностью 30 - 40 минут. Содержание составляют: подвижные игры, игры-эстафеты, музыкально-ритмические упражнения, творческие задания.

Досуги и праздники могут быть направлены на решение задач приобщения к здоровому образу жизни, иметь социально-значимую и патриотическую тематику, посвящаться государственным праздникам, олимпиаде и другим спортивным событиям, включать подвижные игры народов России.

Дни здоровья: педагог проводит 1 раз в квартал. В этот день проводятся оздоровительные мероприятия и туристские прогулки.

Туристские прогулки и экскурсии. Педагог организует для детей непродолжительные пешие прогулки и экскурсии с постепенно удлиняющимися переходами - на стадион, в парк, на берег моря и другое. Время перехода в одну сторону составляет 30 - 40 минут, общая продолжительность не более 1,5 - 2 часов. Время непрерывного движения 20 минут, с перерывом между переходами не менее 10 минут. Педагог формирует представления о туризме как виде активного отдыха и способе ознакомления с природой и культурой родного края; оказывает помощь в подборе снаряжения (необходимых вещей и одежды) для туристской прогулки, организует наблюдение за природой, обучает ориентироваться на местности, соблюдать правила гигиены и безопасного поведения, осторожность в преодолении препятствий; организует с детьми разнообразные подвижные игры во время остановки.

От 6 лет до 7 лет

Основные задачи образовательной деятельности в области физического развития:

– обогащать двигательный опыт детей с помощью упражнений основной гимнастики, развивать умения технично, точно, осознанно, рационально и выразительно выполнять физические упражнения, осваивать туристские навыки;

- развивать психофизические качества, точность, меткость, глазомер, мелкую моторику, ориентировку в пространстве; самоконтроль, самостоятельность, творчество;
- поощрять соблюдение правил в подвижной игре, проявление инициативы и самостоятельности при ее организации, партнерское взаимодействие в команде;
- воспитывать патриотизм, нравственно-волевые качества и гражданскую идентичность в двигательной деятельности и различных формах активного отдыха;
- формировать осознанную потребность в двигательной деятельности, поддерживать интерес к физической культуре и спортивным достижениям России, расширять представления о разных видах спорта;
- сохранять и укреплять здоровье детей средствами физического воспитания, расширять и уточнять представления о здоровье, факторах на него влияющих, средствах его укрепления, туризме, как форме активного отдыха, физической культуре и спорте, спортивных событиях и достижениях, правилах безопасного поведения в двигательной деятельности и при проведении туристских прогулок и экскурсий;
- воспитывать бережное, заботливое отношение к здоровью и человеческой жизни, развивать стремление к сохранению своего здоровья и здоровья окружающих людей, оказывать помощь и поддержку другим людям.

Содержание образовательной деятельности.

Педагог создает условия для дальнейшего совершенствования основных движений, развития психофизических качеств и способностей, закрепления общеразвивающих, музыкально-ритмических упражнений и их комбинаций, спортивных упражнений, освоения элементов спортивных игр, игр-эстафет. Поощряет стремление выполнять упражнения технично, рационально, экономно, выразительно, в соответствии с разнообразным характером музыки, ритмом, темпом, амплитудой.

В процессе организации разных форм физкультурно-оздоровительной работы педагог обучает детей следовать инструкции, слышать и выполнять указания, соблюдать дисциплину, осуществлять самоконтроль и давать оценку качества выполнения упражнений.

Поддерживает стремление творчески использовать двигательный опыт в самостоятельной деятельности и на занятиях гимнастикой, самостоятельно организовывать и придумывать подвижные игры, общеразвивающие упражнения, комбинировать их элементы, импровизировать.

Педагог продолжает приобщать детей к здоровому образу жизни: расширяет и уточняет представления о факторах, влияющих на здоровье, способах его сохранения и укрепления, оздоровительных мероприятиях, поддерживает интерес к физической культуре, спорту и туризму, активному отдыху, воспитывает полезные привычки, осознанное, заботливое, бережное отношение к своему здоровью и здоровью окружающих.

1) Основная гимнастика (основные движения, общеразвивающие упражнения, ритмическая гимнастика и строевые упражнения).

Основные движения:

- бросание, катание, ловля, метание: бросание мяча вверх, о землю и ловля его двумя руками не менее 20 раз подряд, одной рукой не менее 10 раз; передача и перебрасывание мяча друг другу сидя по-турецки, лежа на животе и на спине, в ходьбе; прокатывание и перебрасывание друг другу набивных мячей; перебрасывание мяча друг другу снизу, от груди, сверху двумя руками; одной рукой от плеча; передача мяча с отскоком от пола из одной руки в другую; метание в цель из положения стоя на коленях и сидя; метание вдаль, метание в движущуюся цель; забрасывание мяча в баскетбольную корзину; катание мяча правой и левой ногой по прямой, в цель, между предметами, друг другу; ведение мяча, продвигаясь между предметами, по кругу; ведение мяча с выполнением заданий (поворотом, передачей другому).

- ползание, лазанье: ползание на четвереньках по гимнастической скамейке вперед и назад; на животе и на спине, отталкиваясь руками и ногами; влезание на гимнастическую стенку до верха и спуск с нее чередующимся шагом одноименным и разноименным способом; перелезание с пролета на пролет по диагонали; пролезание в обруч разными способами; лазанье по веревочной лестнице; выполнение упражнений на канате (захват каната ступнями ног, выпрямление ног с одновременным сгибанием рук, перехватывание каната руками); влезание по канату на доступную высоту;
- ходьба: ходьба обычная, гимнастическим шагом, скрестным шагом, спиной вперед; выпадами, с закрытыми глазами, приставными шагами назад; в приседе, с различными движениями рук, в различных построениях;
- бег: бег в колонне по одному, врассыпную, парами, тройками, четверками; с остановкой по сигналу, в сочетании с прыжками (с линии на линию, из кружка в кружок); высоко поднимая колени, стараясь коснуться коленями ладоней согнутых в локтях рук; с захлестыванием голени назад; выбрасывая прямые ноги вперед; бег 10 м с наименьшим числом шагов; медленный бег до 2 - 3 минут; быстрый бег 20 м 2 - 3 раза с перерывами; челночный бег 3x10 м; бег наперегонки; бег из разных исходных положений (лежа на животе, ногами по направлению к движению, сидя по-турецки, лежа на спине, головой к направлению бега); бег со скакалкой, бег по пересеченной местности;
- прыжки: подпрыгивания на двух ногах 30 раз в чередовании с ходьбой, на месте и с поворотом кругом; смещая ноги вправо-влево-вперед-назад, с движениями рук; выпрыгивание на предметы высотой 30 см с разбега 3 шага; подпрыгивания вверх из глубокого приседа; прыжки на одной ноге, другой толкая перед собой камешек; прыжки в длину и в высоту с места и с разбега на соревнование;
- прыжки с короткой скакалкой: прыжки на двух ногах с промежуточными прыжками и без них; прыжки с ноги на ногу; бег со скакалкой; прыжки через обруч, вращая его как скакалку; прыжки через длинную скакалку: пробегание под вращающейся скакалкой, прыжки через вращающуюся скакалку с места; вбегание под вращающуюся скакалку - прыжок - выбегание; пробегание под вращающейся скакалкой парами.
- упражнения в равновесии: подпрыгивание на одной ноге, продвигаясь вперед, другой ногой катя перед собой набивной мяч; стойка на носках; стойка на одной ноге, закрыв по сигналу глаза; ходьба по гимнастической скамейке, с перешагиванием посередине палки, пролезанием в обруч, приседанием и поворотом кругом; ходьба по гимнастической скамейке, приседая на одной ноге, другую пронося прямой вперед сбоку скамейки; ходьба по узкой рейке гимнастической скамейки прямо и боком; ходьба по гимнастической скамейке, на каждый шаг высоко поднимая прямую ногу и делая под ней хлопок; прыжки на одной ноге вперед, удерживая на колени другой ноги мешочек с песком; ходьба по шнуру, опираясь на стопы и ладони; кружение с закрытыми глазами, остановкой и сохранением заданной позы; после бега, прыжков, кружения остановка и выполнение "ласточки".

Педагог способствует совершенствованию двигательных навыков детей, создает условия для поддержания инициативы и развития творчества, выполнения упражнений в различных условиях и комбинациях, использования двигательного опыта в игровой деятельности и повседневной жизни.

Общеразвивающие упражнения:

- упражнения для кистей рук, развития и укрепления мышц рук и плечевого пояса: поднимание и опускание рук (одновременное, поочередное и последовательное) вперед, в сторону, вверх, сгибание и разгибание рук; сжатие пальцев в кулак и разжимание; махи и рывки руками; круговые движения вперед и назад; упражнения пальчиковой гимнастики;

- упражнения для развития и укрепления мышц спины и гибкости позвоночника: повороты корпуса вправо и влево из разных исходных положений, наклоны вперед, вправо, влево из положения стоя и сидя; поочередное поднятие и опускание ног лежа на спине;
- упражнения для развития и укрепления мышц ног и брюшного пресса: сгибание и разгибание ног, махи ногами из положения стоя, держась за опору, лежа на боку, сидя, стоя на четвереньках; выпады вперед и в сторону; приседания у стены (затылок, лопатки, ягодицы и пятки касаются стены); подошвенное и тыльное сгибание и разгибание стоп; захватывание предметов ступнями и пальцами ног, перекладывание их с места на место.
- Педагог проводит с детьми разнообразные упражнения с акцентом на качестве выполнения движений, в том числе, в парах, с предметами и без них, из разных исходных положений, в разном темпе, с разным мышечным напряжением и амплитудой, с музыкальным сопровождением. Предлагает упражнения с разноименными движениями рук и ног, на ориентировку в пространстве, с усложнением исходных положений и техники выполнения (вращать обруч одной рукой вокруг вертикальной оси, на предплечье и кистях рук, перед собой и сбоку и другое). Педагог поддерживает и поощряет инициативу, самостоятельность и творчество детей (придумать новое упражнение или комбинацию из знакомых движений). Разученные упражнения включаются в комплексы утренней гимнастики, физкультминутки и другие формы физкультурно-оздоровительной работы.

Ритмическая гимнастика:

- музыкально-ритмические упражнения и комплексы общеразвивающих упражнений (ритмической гимнастики) педагог включает в содержание физкультурных занятий, в физкультминутки, утреннюю гимнастику, различные формы активного отдыха и подвижные игры. Могут быть использованы следующие упражнения, разученные на музыкальных занятиях: танцевальный шаг полки, переменный шаг, шаг с притопом, с хлопками, поочередное выбрасывание ног вперед в прыжке, на носок, приставной шаг с приседанием и без, с продвижением вперед, назад а сторону, кружение, подскоки, приседание с выставлением ноги вперед, в сторону на носок и на пятку, комбинации из двух-трех движений в сочетании с хлопками, с притопом, движениями рук, в сторону в такт и ритм музыки.

Строевые упражнения:

- педагог совершенствует навыки детей в построении, перестроении, передвижении строем: быстрое и самостоятельное построение в колонну по одному и по два, в круг, в шеренгу; равнение в колонне, шеренге; перестроение из одной колонны в колонну по двое, по трое, по четыре на ходу, из одного круга в несколько (2 - 3); расчет на первый - второй и перестроение из одной шеренги в две; размыкание и смыкание приставным шагом; повороты направо, налево, кругом; повороты во время ходьбы на углах площадки.

2) Подвижные игры: педагог продолжает знакомить детей подвижным играм, поощряет использование детьми в самостоятельной деятельности разнообразных по содержанию подвижных игр (в том числе, игр с элементами соревнования, игр-эстафет), способствующих развитию психофизических и личностных качеств, координации движений, умению ориентироваться в пространстве.

Педагог поддерживает стремление детей самостоятельно организовывать знакомые подвижные игры со сверстниками, справедливо оценивать свои результаты и результаты товарищей; побуждает проявлять смелость, находчивость, волевые качества, честность, целеустремленность. Поощряет творчество детей, желание детей придумывать варианты игр, комбинировать движения, импровизировать. Продолжает воспитывать сплоченность, взаимопомощь, чувство ответственности за успехи и достижения команды, стремление вносить свой вклад в победу команды, преодолевать

трудности. Способствует формированию духовно нравственных качеств, основ патриотизма и гражданской идентичности.

3) Спортивные игры: педагог обучает детей элементам спортивных игр, которые проводятся в спортивном зале или на площадке в зависимости от имеющихся условий и оборудования, а также региональных и климатических особенностей.

Городки: бросание биты сбоку, от плеча, занимая правильное исходное положение; знание 4 - 5 фигур, выбивание городков с полукона и кона при наименьшем количестве бросков бит.

Элементы баскетбола: передача мяча друг другу (двумя руками от груди, одной рукой от плеча); перебрасывание мяча друг другу двумя руками от груди, стоя напротив друг друга и в движении; ловля летящего мяча на разной высоте (на уровне груди, над головой, сбоку, снизу, у пола и тому подобное) и с разных сторон; забрасывание мяча в корзину двумя руками из-за головы, от плеча; ведение мяча одной рукой, передавая его из одной руки в другую, передвигаясь в разных направлениях, останавливаясь и снова передвигаясь по сигналу.

Элементы футбола: передача мяча друг другу, отбивая его правой и левой ногой, стоя на месте; ведение мяча "змейкой" между расставленными предметами, попадание в предметы, забивание мяча в ворота, игра по упрощенным правилам.

Элементы хоккея: (без коньков - на снегу, на траве): ведение шайбы клюшкой, не отрывая ее от шайбы; прокатывание шайбы клюшкой друг другу, задерживание шайбы клюшкой; ведение шайбы клюшкой вокруг предметов и между ними; забрасывание шайбы в ворота, держа клюшку двумя руками (справа и слева); попадание шайбой в ворота, ударяя по ней с места и после ведения.

Бадминтон: перебрасывание волана ракеткой на сторону партнера без сетки, через сетку, правильно удерживая ракетку.

Элементы настольного тенниса: подготовительные упражнения с ракеткой и мячом (подбрасывать и ловить мяч одной рукой, ракеткой с ударом о пол, о стену); подача мяча через сетку после его отскока от стола.

4) Спортивные упражнения: педагог продолжает обучать детей спортивным упражнениям на прогулке или во время физкультурных занятий на свежем воздухе в зависимости от имеющихся условий, а также региональных и климатических особенностей.

Катание на санках: игровые задания и соревнования в катании на санях на скорость.

Ходьба на лыжах: скользящим шагом по лыжне, заложив руки за спину 500 - 600 метров в медленном темпе в зависимости от погодных условий; попеременным двухшажным ходом (с палками); повороты переступанием в движении; поднятие на горку "лесенкой", "елочкой".

Катание на коньках: удержание равновесия и принятие исходного положения на коньках (на снегу, на льду); приседания из исходного положения; скольжение на двух ногах с разбега; повороты направо и налево во время скольжения, торможения; скольжение на правой и левой ноге, попеременно отталкиваясь.

Катание на двухколесном велосипеде, самокате: по прямой, по кругу, змейкой, объезжая препятствие, на скорость.

Плавание: погружение в воду с головой с открытыми глазами, скольжение на груди и спине, двигая ногами (вверх - вниз); проплывание в воротца, с надувной игрушкой или кругом в руках и без; произвольным стилем (от 10 - 15 м); упражнения комплексов гидроаэробики в воде у бортика и без опоры.

5) Формирование основ здорового образа жизни: педагог расширяет, уточняет и закрепляет представления о факторах, положительно влияющих на здоровье, роли физической культуры и спорта в укреплении здоровья; разных видах спорта (санный спорт, борьба, теннис, синхронное плавание и другие), спортивных событиях и достижениях отечественных спортсменов. Дает доступные по возрасту представления о

профилактике и охране здоровья, правилах безопасного поведения в двигательной деятельности (при активном беге, прыжках, играх-эстафетах, взаимодействии с партнером, в играх и упражнениях с мячом, гимнастической палкой, скакалкой, обручем, предметами, пользовании спортивным инвентарем, оборудованием), во время туристских прогулок и экскурсий. Приучает детей следить за своей осанкой, формирует представление о том, как оказывать элементарную первую помощь, оценивать свое самочувствие; воспитывает чувство сострадания к людям с особенностями здоровья, поддерживает стремление детей заботиться о своем здоровье и самочувствии других людей.

б) Активный отдых.

Физкультурные праздники и досуги: педагоги организуют праздники (2 раза в год, продолжительностью не более 1,5 часов). Содержание праздников предусматривают сезонные спортивные упражнения, элементы соревнования, с включением игр-эстафет, спортивных игр, на базе ранее освоенных физических упражнений.

Досуг организуется 1 - 2 раза в месяц во второй половине дня преимущественно на свежем воздухе, продолжительностью 40 - 45 минут. Содержание досуга включает: подвижные игры, в том числе, игры народов России, игры-эстафеты, музыкально-ритмические упражнения, импровизацию, танцевальные упражнения, творческие задания.

Досуги и праздники направлены на решение задач приобщения к здоровому образу жизни, должны иметь социально-значимую и патриотическую тематику, посвящаться государственным праздникам, ярким спортивным событиям и достижениям выдающихся спортсменов.

Дни здоровья: проводятся 1 раз в квартал. В этот день педагог организует оздоровительные мероприятия, в том числе физкультурные досуги, и туристские прогулки.

Туристские прогулки и экскурсии организуются при наличии возможностей дополнительного сопровождения и организации санитарных стоянок.

Педагог организует пешеходные прогулки. Время перехода в одну сторону составляет 35 - 40 минут, общая продолжительность не более 2 - 2,5 часов. Время непрерывного движения 20 - 30 минут, с перерывом между переходами не менее 10 минут. В ходе туристской прогулки с детьми проводятся подвижные игры и соревнования, наблюдения за природой родного края, ознакомление с памятниками истории, боевой и трудовой славы, трудом людей разных профессий.

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

Решение совокупных задач воспитания в рамках образовательной области "Физическое развитие" направлено на приобщение детей к ценностям "Жизнь", "Здоровье", что предполагает:

- воспитание осознанного отношения к жизни как основоположной ценности и здоровью как совокупности физического, духовного и социального благополучия человека;
- формирование у ребенка возрастосообразных представлений и знаний в области физической культуры, здоровья и безопасного образа жизни;

- становление эмоционально-ценностного отношения к здоровому образу жизни, физическим упражнениям, подвижным играм, закаливанию организма, гигиеническим нормам и правилам;
- воспитание активности, самостоятельности, самоуважения,
- коммуникабельности, уверенности и других личностных качеств;
- приобщение детей к ценностям, нормам и знаниям физической культуры в целях их физического развития и саморазвития;
- формирование у ребенка основных гигиенических навыков, представлений о здоровом образе жизни.

2.2. Вариативные формы, способы, методы и средства реализации программы

Дошкольное образование может быть получено в дошкольной образовательной организации, а также вне ее - в форме семейного образования. Форма получения дошкольного образования определяется родителями (законными представителями) несовершеннолетнего обучающегося. При выборе родителями (законными представителями) несовершеннолетнего обучающегося формы получения дошкольного образования учитывается мнение ребенка ⁷.

МБДОУ «ДСОВ «Солнышко» может использовать сетевую форму реализации ООП ДО и (или) отдельных компонентов, предусмотренных ООП ДО. Сетевая форма обеспечивает возможность освоения обучающимися образовательных программ дошкольного образования с использованием ресурсов нескольких организаций, осуществляющих образовательную деятельность, а также с использованием ресурсов иных организаций (организации культуры, физкультуры и спорта и другие организации, обладающие ресурсами, необходимыми для осуществления образовательной деятельности по соответствующим образовательным программам), с которыми устанавливаются договорные отношения.

При реализации рабочей программы используются различные образовательные технологии, в том числе дистанционные образовательные технологии, электронное обучение ⁸, исключая образовательные технологии, которые могут нанести вред здоровью детей. Применение электронного обучения, дистанционных образовательных технологий, а также работа с электронными средствами обучения при реализации образовательной программы должны осуществляться в соответствии с требованиями СП 2.4.3648-20 и СанПиН 1.2.3685-21.

Формы, способы, методы и средства реализации рабочей программы определяются в соответствии с задачами воспитания и обучения, возрастными и индивидуальными особенностями детей, спецификой их образовательных потребностей и интересов. Существенное значение имеют сформировавшиеся у педагога практики воспитания и обучения детей, оценка результативности форм, методов, средств образовательной деятельности применительно к конкретной возрастной группе детей.

Согласно ФГОС ДО педагог может использовать различные формы реализации Федеральной программы в соответствии с видом детской деятельности и возрастными особенностями детей:

1) в младенческом возрасте (2 месяца - 1 год):

- двигательная деятельность (пространственно-предметные перемещения, хватание, ползание, ходьба, тактильно-двигательные игры);
- предметно-манипулятивная деятельность (орудийные и соотносящие действия с предметами);

2) в раннем возрасте (1 год - 3 года):

- предметная деятельность (орудийно-предметные действия - ест ложкой, пьет из кружки и другое);
- двигательная деятельность (основные движения, общеразвивающие упражнения, простые подвижные игры);

–игровая деятельность (отобразительная и сюжетно-отобразительная игра, игры с дидактическими игрушками);

3) в дошкольном возрасте (3 года - 8 лет):

–игровая деятельность (сюжетно-ролевая, театрализованная, режиссерская, строительно-конструктивная, дидактическая, подвижная и другие);

–двигательная деятельность (основные виды движений, общеразвивающие и спортивные упражнения, подвижные и элементы спортивных игр и другие);

Для достижения задач воспитания в ходе реализации рабочей программы педагог может использовать следующие методы:

–организации опыта поведения и деятельности (приучение к положительным формам общественного поведения, упражнение, воспитывающие ситуации, игровые методы);

–осознания детьми опыта поведения и деятельности (рассказ на моральные темы, разъяснение норм и правил поведения, чтение художественной литературы, этические беседы, обсуждение поступков и жизненных ситуаций, личный пример);

–мотивации опыта поведения и деятельности (поощрение, методы развития эмоций, игры, соревнования, проектные методы).

При организации обучения традиционные методы (словесные, наглядные, практические) дополняются методами, в основу которых положен характер познавательной деятельности детей:

1) при использовании информационно-рецептивного метода предъявляется информация, организуются действия ребенка с объектом изучения (распознающее наблюдение, рассматривание картин, демонстрация кино- и диафильмов, просмотр компьютерных презентаций, рассказы педагога или детей, чтение);

2) репродуктивный метод предполагает создание условий для воспроизведения представлений и способов деятельности, руководство их выполнением (упражнения на основе образца педагога, беседа, составление рассказов с опорой на предметную или предметно-схематическую модель);

3) метод проблемного изложения представляет собой постановку проблемы и раскрытие пути ее решения в процессе организации опытов, наблюдений;

4) при применении эвристического метода (частично-поискового) проблемная задача делится на части - проблемы, в решении которых принимают участие дети (применение представлений в новых условиях);

5) исследовательский метод включает составление и предъявление проблемных ситуаций, ситуаций для экспериментирования и опытов (творческие задания, опыты, экспериментирование). Для решения задач воспитания и обучения широко применяется метод проектов. Он способствует развитию у детей исследовательской активности, познавательных интересов, коммуникативных и творческих способностей, навыков сотрудничества и другое. Выполняя совместные проекты, дети получают представления о своих возможностях, умениях, потребностях.

Осуществляя выбор методов воспитания и обучения, педагог учитывает возрастные и личностные особенности детей, педагогический потенциал каждого метода, условия его применения, реализуемые цели и задачи, прогнозирует возможные результаты. Для решения задач воспитания и обучения целесообразно использовать комплекс методов.

При реализации рабочей программы педагог может использовать различные средства, представленные совокупностью материальных и идеальных объектов:

–демонстрационные и раздаточные;

–визуальные, аудиальные, аудиовизуальные;

–естественные и искусственные;

–реальные и виртуальные.

Средства, указанные в пункте выше, используются для развития следующих видов деятельности детей:

–двигательной (оборудование для ходьбы, бега, ползания, лазанья, прыгания, занятий с мячом и другое);

Вариативность форм, методов и средств реализации рабочей программы зависит не только от учета возрастных особенностей обучающихся, их индивидуальных и особых образовательных потребностей, но и от личных интересов, мотивов, ожиданий, желаний детей. Важное значение имеет признание приоритетной субъективной позиции ребенка в образовательном процессе.

2.3. Особенности образовательной деятельности разных видов и культурных практик

Образовательная деятельность в ДОО включает:

–образовательную деятельность, осуществляемую в процессе организации различных видов детской деятельности;

–образовательную деятельность, осуществляемую в ходе режимных процессов;

–самостоятельную деятельность детей;

–взаимодействие с семьями детей по реализации рабочей программы.

Образовательная деятельность организуется как совместная деятельность педагога и детей, самостоятельная деятельность детей. В зависимости от решаемых образовательных задач, желаний детей, их образовательных потребностей, педагог может выбрать один или несколько вариантов совместной деятельности:

1) совместная деятельность педагога с ребенком, где, взаимодействуя с ребенком, он выполняет функции педагога: обучает ребенка чему-то новому;

2) совместная деятельность ребенка с педагогом, при которой ребенок и педагог – равноправные партнеры;

3) совместная деятельность группы детей под руководством педагога, который на правах участника деятельности на всех этапах ее выполнения (от планирования до завершения) направляет совместную деятельность группы детей;

4) совместная деятельность детей со сверстниками без участия педагога, но по его заданию. Педагог в этой ситуации не является участником деятельности, но выступает в роли ее организатора, ставящего задачу группе детей, тем самым, актуализируя лидерские ресурсы самих детей;

5) самостоятельная, спонтанно возникающая, совместная деятельность детей без всякого участия педагога. Это могут быть самостоятельные игры детей (сюжетно-ролевые, режиссерские, театрализованные, игры с правилами, музыкальные и другое), самостоятельная изобразительная деятельность по выбору детей, самостоятельная познавательно-исследовательская деятельность (опыты, эксперименты и другое).

Игра занимает центральное место в жизни ребенка, являясь преобладающим видом его самостоятельной деятельности. В игре закладываются основы личности ребенка, развиваются психические процессы, формируется ориентация в отношениях между людьми, первоначальные навыки кооперации. Играя вместе, дети строят свои взаимоотношения, учатся общению, проявляют активность и инициативу и другое. Детство без игры и вне игры не представляется возможным.

Игра в педагогическом процессе выполняет различные функции: обучающую, познавательную, развивающую, воспитательную, социокультурную, коммуникативную, эмоциональную, развлекательную, диагностическую, психотерапевтическую и другие.

В образовательном процессе игра занимает особое место, выступая как форма организации жизни и деятельности детей, средство разностороннего развития личности; метод или прием обучения; средство саморазвития, самовоспитания, самообучения, саморегуляции. Отсутствие или недостаток игры в жизни ребенка приводит к серьезным проблемам, прежде всего, в социальном развитии детей.

Учитывая потенциал игры для разностороннего развития ребенка и становления его личности, педагог максимально использует все варианты ее применения в ДО.

2.3.9. Образовательная деятельность в режимных процессах имеет специфику и предполагает использование особых форм работы в соответствии с реализуемыми задачами воспитания, обучения и развития ребенка. Основная задача педагога в утренний отрезок времени состоит в том, чтобы включить детей в общий ритм жизни ДОО, создать у них бодрое, жизнерадостное настроение.

Согласно требованиям СанПиН 1.2.3685-21 в режиме дня предусмотрено время для проведения занятий.

Занятие рассматривается как дело, занимательное и интересное детям, развивающее их; как деятельность, направленная на освоение детьми одной или нескольких образовательных областей, или их интеграцию с использованием разнообразных форм и методов работы, выбор которых осуществляется педагогом самостоятельно. Занятие является формой организации обучения, наряду с экскурсиями, дидактическими играми, играми-путешествиями и другими. Оно может проводиться в виде образовательных ситуаций, тематических событий, проектной деятельности, проблемно-обучающих ситуаций, интегрирующих содержание образовательных областей, творческих и исследовательских проектов и так далее. В рамках отведенного времени педагог может организовывать образовательную деятельность с учетом интересов, желаний детей, их образовательных потребностей, включая детей дошкольного возраста в процесс сотворчества, содействия, сопереживания.

При организации занятий педагог использует опыт, накопленный при проведении образовательной деятельности в рамках сформировавшихся подходов. Время проведения занятий, их продолжительность, длительность перерывов, суммарная образовательная нагрузка для детей дошкольного возраста определяются СанПиН 1.2.3685-21.

Образовательная деятельность, осуществляемая во время прогулки, включает:

- наблюдения за объектами и явлениями природы, направленные на установление разнообразных связей и зависимостей в природе, воспитание отношения к ней;
- подвижные игры и спортивные упражнения, направленные на оптимизацию режима двигательной активности и укрепление здоровья детей;
- экспериментирование с объектами неживой природы;
- сюжетно-ролевые и конструктивные игры (с песком, со снегом, с природным материалом);
- элементарную трудовую деятельность детей на участке ДОО;
- свободное общение педагога с детьми, индивидуальную работу;
- проведение спортивных праздников (при необходимости).

Образовательная деятельность, осуществляемая во вторую половину дня, может включать:

- элементарную трудовую деятельность детей (уборка групповой комнаты; ремонт книг, настольно-печатных игр; стирка кукольного белья; изготовление игрушек-самоделок для игр малышей);
- проведение зрелищных мероприятий, развлечений, праздников (кукольный, настольный, теневой театры, игры-драматизации; концерты; спортивные, музыкальные и литературные досуги и другое);
- игровые ситуации, индивидуальные игры и игры небольшими подгруппами (сюжетно-ролевые, режиссерские, дидактические, подвижные, музыкальные и другие);
- опыты и эксперименты, практико-ориентированные проекты, коллекционирование и другое;
- чтение художественной литературы, прослушивание аудиозаписей лучших образцов чтения, рассматривание иллюстраций, просмотр мультфильмов и так далее;
- слушание и исполнение музыкальных произведений, музыкально-ритмические движения, музыкальные игры и импровизации;

–организация и (или) посещение выставок детского творчества, изобразительного искусства, мастерских; просмотр репродукций картин классиков и современных художников и другого;

–индивидуальную работу по всем видам деятельности и образовательным областям;

–работу с родителями (законными представителями).

Во вторую половину дня педагог организывает культурные практики. Они расширяют социальные и практические компоненты содержания образования, способствуют формированию у детей культурных умений при взаимодействии со взрослым и самостоятельной деятельности. Ценность культурных практик состоит в том, что они ориентированы на проявление детьми самостоятельности и творчества, активности и инициативности в разных видах деятельности, обеспечивают их продуктивность.

К культурным практикам относят игровую, продуктивную, познавательно-исследовательскую, коммуникативную практики, чтение художественной литературы.

Культурные практики предоставляют ребенку возможность проявить свою субъектность с разных сторон, что, в свою очередь, способствует становлению разных видов детских инициатив:

–в игровой практике ребенок проявляет себя как творческий субъект (творческая инициатива);

–в продуктивной - созидающий и волевой субъект (инициатива целеполагания);

–в познавательно-исследовательской практике - как субъект исследования (познавательная инициатива);

–коммуникативной практике - как партнер по взаимодействию и собеседник (коммуникативная инициатива);

–чтение художественной литературы дополняет развивающие возможности других культурных практик детей дошкольного возраста (игровой, познавательноисследовательской, продуктивной деятельности).

В процессе культурных практик педагог создает атмосферу свободы выбора, творческого обмена и самовыражения, сотрудничества взрослого и детей. Организация культурных практик предполагает подгрупповой способ объединения детей.

2.4. Способы и направления поддержки детской инициативы

Для поддержки детской инициативы педагог поощряет свободную самостоятельную деятельность детей, основанную на детских интересах и предпочтениях. Появление возможности у ребенка исследовать, играть, лепить, рисовать, сочинять, петь, танцевать, конструировать, ориентируясь на собственные интересы, позволяет обеспечить такие важные составляющие эмоционального благополучия ребенка ДОО как уверенность в себе, чувство защищенности, комфорта, положительного самоощущения.

Любая деятельность ребенка на физическом занятии может протекать в форме самостоятельной инициативной деятельности, например:

– самостоятельная двигательная деятельность, подвижные игры, выполнение ритмических и танцевальных движений.

Для поддержки детской инициативы педагог должен учитывать следующие условия:

1) создавать условия для развития произвольности в деятельности, использовать игры и упражнения, направленные на тренировку волевых усилий, поддержку готовности и желания ребенка преодолевать трудности, доводить деятельность до результата;

2) поощрять и поддерживать желание детей получить результат деятельности, обращать внимание на важность стремления к качественному результату, подсказывать

ребенку, проявляющему небрежность и равнодушие к результату, как можно довести дело до конца, какие приемы можно использовать, чтобы проверить качество своего результата;

3) внимательно наблюдать за процессом самостоятельной деятельности детей, в случае необходимости оказывать детям помощь, но стремиться к ее дозированию. Если ребенок испытывает сложности при решении уже знакомой ему задачи, когда изменилась обстановка или иные условия деятельности, то целесообразно и достаточно использовать приемы наводящих вопросов, активизировать собственную активность и смекалку ребенка, намекнуть, посоветовать вспомнить, как он действовал в аналогичном случае;

4) поддерживать у детей чувство гордости и радости от успешных самостоятельных действий, подчеркивать рост возможностей и достижений каждого ребенка, побуждать к проявлению инициативы и творчества через использование приемов похвалы, одобрения, восхищения.

В возрасте 3 - 4 лет у ребенка активно проявляется потребность в общении со взрослым, ребенок стремится через разговор с педагогом познать окружающий мир, узнать об интересующих его действиях, сведениях. Педагогу важно проявлять внимание к детским вопросам, поощрять и поддерживать их познавательную активность, создавать ситуации, побуждающие ребенка самостоятельно искать решения возникающих проблем, осуществлять деятельностные пробы.

С четырех - пяти лет у детей наблюдается высокая активность. Данная потребность ребенка является ключевым условием для развития самостоятельности во всех сферах его жизни и деятельности. Педагог стремится создавать такие ситуации, в которых дети приобретают опыт дружеского общения, совместной деятельности, умений командной работы. Это могут быть ситуации волонтерской направленности: взаимной поддержки, бережного отношения к вещам и игрушкам.

Важно, чтобы у ребенка всегда была возможность выбора свободной деятельности, поэтому атрибуты и оборудование для детских видов деятельности должны быть достаточно разнообразными и постоянно меняющимися (смена примерно раз в два месяца).

Дети пяти - семи лет имеют яркую потребность в самоутверждении и признании со стороны взрослых. Поэтому педагогу важно обратить внимание на те педагогические условия, которые развивают детскую самостоятельность, инициативу и творчество. Для этого педагог создает ситуации, активизирующие желание детей применять свои знания и умения, имеющийся опыт для самостоятельного решения задач. Он регулярно поощряет стремление к самостоятельности, старается определять для детей все более сложные задачи, активизируя их усилия, развивая произвольные умения и волю, постоянно поддерживает желание преодолевать трудности и поощряет ребенка за стремление к таким действиям, нацеливает на поиск новых, творческих решений возникших затруднений.

Для поддержки детской инициативы педагогу рекомендуется использовать ряд способов и приемов.

1) Не следует сразу помогать ребенку, если он испытывает затруднения решения задачи, важно побуждать его к самостоятельному решению, подбадривать и поощрять попытки найти решение. В случае необходимости оказания помощи ребенку, педагог сначала стремится к ее минимизации: лучше дать совет, задать наводящие вопросы, активизировать имеющийся у ребенка прошлый опыт.

2) У ребенка всегда должна быть возможность самостоятельного решения поставленных задач. При этом педагог помогает детям искать разные варианты решения одной задачи, поощряет активность детей в поиске, принимает любые предположения детей, связанные с решением задачи, поддерживает инициативу и творческие решения, а также обязательно акцентирует внимание детей на качестве результата, их достижениях,

одобряет и хвалит за результат, вызывает у них чувство радости и гордости от успешных самостоятельных, инициативных действий.

3) Особое внимание педагог уделяет общению с ребенком в период проявления кризиса семи лет: характерные для ребенка изменения в поведении и деятельности становятся поводом для смены стиля общения с ребенком. Важно уделять внимание ребенку, уважать его интересы, стремления, инициативы в познании, активно поддерживать стремление к самостоятельности. Дети седьмого года жизни очень чувствительны к мнению взрослых. Необходимо поддерживать у них ощущение своего взросления, вселять уверенность в своих силах.

4) Педагог может акцентировать внимание на освоении ребенком универсальных умений организации своей деятельности и формировании у него основ целеполагания: поставить цель (или принять ее от педагога), обдумать способы ее достижения, осуществить свой замысел, оценить полученный результат с позиции цели. Задача развития данных умений ставится педагогом в разных видах деятельности. Педагог использует средства, помогающие детям планомерно и самостоятельно осуществлять свой замысел: опорные схемы, наглядные модели, пооперационные карты.

2.5. Особенности взаимодействия педагогического коллектива с семьями обучающихся

Главными целями взаимодействия педагогического коллектива ДОО с семьями обучающихся дошкольного возраста являются:

- обеспечение психолого-педагогической поддержки семьи и повышение компетентности родителей (законных представителей) в вопросах образования, охраны и укрепления здоровья детей младенческого, раннего и дошкольного возрастов;
- обеспечение единства подходов к воспитанию и обучению детей в условиях ДОО и семьи; повышение воспитательного потенциала семьи.

Эта деятельность должна дополнять, поддерживать и тактично направлять воспитательные действия родителей (законных представителей) детей младенческого, раннего и дошкольного возрастов.

Достижение этих целей должно осуществляться через решение основных задач:

1) информирование родителей (законных представителей) и общественности относительно целей ДО, общих для всего образовательного пространства Российской Федерации, о мерах господдержки семьям, имеющим детей дошкольного возраста, а также об образовательной программе, реализуемой в ДОО;

2) просвещение родителей (законных представителей), повышение их правовой, психолого-педагогической компетентности в вопросах охраны и укрепления здоровья, развития и образования детей;

3) способствование развитию ответственного и осознанного родительства как базовой основы благополучия семьи;

4) построение взаимодействия в форме сотрудничества и установления партнерских отношений с родителями (законными представителями) детей младенческого, раннего и дошкольного возраста для решения образовательных задач;

5) вовлечение родителей (законных представителей) в образовательный процесс.

Построение взаимодействия с родителями (законными представителями) должно придерживаться следующих принципов:

1) приоритет семьи в воспитании, обучении и развитии ребенка: в соответствии с Законом об образовании у родителей (законных представителей) обучающихся не только есть преимущественное право на обучение и воспитание детей, но именно они обязаны заложить основы физического, нравственного и интеллектуального развития личности ребенка;

2) открытость: для родителей (законных представителей) должна быть доступна актуальная информация об особенностях пребывания ребенка в группе; каждому из родителей (законных представителей) должен быть предоставлен свободный доступ в

ДОО; между педагогами и родителями (законными представителями) необходим обмен информацией об особенностях развития ребенка в ДОО и семье;

3) взаимное доверие, уважение и доброжелательность во взаимоотношениях педагогов и родителей (законных представителей): при взаимодействии педагогу необходимо придерживаться этики и культурных правил общения, проявлять позитивный настрой на общение и сотрудничество с родителями (законными представителями); важно этично и разумно использовать полученную информацию как со стороны педагогов, так и со стороны родителей (законных представителей) в интересах детей;

4) индивидуально-дифференцированный подход к каждой семье: при взаимодействии необходимо учитывать особенности семейного воспитания, потребности родителей (законных представителей) в отношении образования ребенка, отношение к педагогу и ДОО, проводимым мероприятиям; возможности включения родителей (законных представителей) в совместное решение образовательных задач;

5) возрастосообразность: при планировании и осуществлении взаимодействия необходимо учитывать особенности и характер отношений ребенка с родителями (законными представителями), прежде всего, с матерью (преимущественно для детей младенческого и раннего возраста), обусловленные возрастными особенностями развития детей.

Особое внимание в просветительской деятельности ДОО должно уделяться повышению уровня компетентности родителей (законных представителей) в вопросах здоровьесбережения ребенка.

Реализация данной темы может быть осуществлена в процессе следующих направлений просветительской деятельности:

1) информирование о факторах, положительно влияющих на физическое и психическое здоровье ребенка (рациональная организация режима дня ребенка, правильное питание в семье, закаливание, организация двигательной активности, благоприятный психологический микроклимат в семье и спокойное общение с ребенком и другое), о действии негативных факторов (переохлаждение, перегревание, перекармливание и другое), наносящих непоправимый вред здоровью ребенка;

2) своевременное информирование о важности вакцинирования в соответствии с рекомендациями Национального календаря профилактических прививок и по эпидемическим показаниям;

3) информирование родителей (законных представителей) об актуальных задачах физического воспитания детей на разных возрастных этапах их развития, а также о возможностях ДОО и семьи в решении данных задач;

4) знакомство родителей (законных представителей) с оздоровительными мероприятиями, проводимыми в ДОО;

5) информирование родителей (законных представителей) о негативном влиянии на развитие детей систематического и бесконтрольного использования IT-технологий (нарушение сна, возбудимость, изменения качества памяти, внимания, мышления; проблемы социализации и общения и другое).

Эффективность просветительской работы по вопросам здоровьесбережения детей может быть повышена за счет привлечения к тематическим встречам профильных специалистов (медиков, нейропсихологов, физиологов, ГГ-специалистов и других).

Направления деятельности педагога реализуются в разных формах (групповых и (или) индивидуальных) посредством различных методов, приемов и способов взаимодействия с родителями (законными представителями):

1) диагностико-аналитическое направление реализуется через опросы, социологические срезы, индивидуальные блокноты, "почтовый ящик", педагогические беседы с родителями (законными представителями); дни (недели) открытых дверей, открытые просмотры занятий и других видов деятельности детей и так далее;

2) просветительское и консультационное направления реализуются через групповые родительские собрания, конференции, круглые столы, семинары-практикумы, тренинги и ролевые игры, консультации, педагогические гостиные, родительские клубы и другое; информационные проспекты, стенды, ширмы, папки-передвижки для родителей (законных представителей); журналы и газеты, издаваемые ДОО для родителей (законных представителей), педагогические библиотеки для родителей (законных представителей); сайты ДОО и социальные группы в сети Интернет; медиарепортажи и интервью; фотографии, выставки детских работ, совместных работ родителей (законных представителей) и детей. Включают также и досуговую форму - совместные праздники и вечера, семейные спортивные и тематические мероприятия, тематические досуги, знакомство с семейными традициями и другое.

Для вовлечения родителей (законных представителей) в образовательную деятельность целесообразно использовать специально разработанные (подобранные) дидактические материалы для организации совместной деятельности родителей (законных представителей) с детьми в семейных условиях в соответствии с образовательными задачами, реализуемыми в ДОО. Эти материалы должны сопровождаться подробными инструкциями по их использованию и рекомендациями по построению взаимодействия с ребенком (с учетом возрастных особенностей). Кроме того, необходимо активно использовать воспитательный потенциал семьи для решения образовательных задач, привлекая родителей (законных представителей) к участию в образовательных мероприятиях, направленных на решение познавательных и воспитательных задач.

Незаменимой формой установления доверительного делового контакта между семьей и ДОО является диалог педагога и родителей (законных представителей). Диалог позволяет совместно анализировать поведение или проблемы ребенка, выяснять причины проблем и искать подходящие возможности, ресурсы семьи и пути их решения. В диалоге проходит просвещение родителей (законных представителей), их консультирование по вопросам выбора оптимального образовательного маршрута для конкретного ребенка, а также согласование совместных действий, которые могут быть предприняты со стороны ДОО и семьи для разрешения возможных проблем и трудностей ребенка в освоении образовательной программы.

Педагоги самостоятельно выбирают педагогически обоснованные методы, приемы и способы взаимодействия с семьями обучающихся, в зависимости от стоящих перед ними задач. Сочетание традиционных и инновационных технологий сотрудничества позволит педагогам ДОО устанавливать доверительные и партнерские отношения с родителями (законными представителями), эффективно осуществлять просветительскую деятельность и достигать основные цели взаимодействия ДОО с родителями (законными представителями) детей дошкольного возраста.

2.6. Направления и задачи и содержание коррекционно-развивающей работы с детьми ОВЗ (ККР)

Коррекционная работа, являющаяся частью рабочей программы, проводится в отношении воспитанников с ОВЗ, которым психолого-медико-педагогическая комиссия не рекомендовала обучение по адаптированной образовательной программе.

ККР объединяет комплекс мер по психолого-педагогическому сопровождению обучающихся, включающий психолого-педагогическое обследование, проведение индивидуальных и групповых коррекционно - развивающих занятий, а также мониторинг динамики их развития. ККР в МБДОУ осуществляют педагоги, педагог-психолог, учитель-дефектолог, учитель-логопед, музыкальный руководитель, инструктор по физическому воспитанию, воспитатели.

Задачи ККР МБДОУ:

–определение ООП обучающихся, в том числе с трудностями освоения Федеральной программы и социализации в ДОО;

–своевременное выявление обучающихся с трудностями социальной адаптации, обусловленными различными причинами;

–осуществление индивидуально ориентированной психолого-педагогической помощи обучающимся с учетом особенностей их психического и (или) физического развития, индивидуальных возможностей и потребностей (в соответствии с рекомендациями психолого-медико-педагогической комиссии или психологопедагогического консилиума образовательной организации (далее - ППК);

–оказание родителям (законным представителям) обучающихся консультативной психолого-педагогической помощи по вопросам развития и воспитания детей дошкольного возраста;

–содействие поиску и отбору одаренных обучающихся, их творческому развитию;

–выявление детей с проблемами развития эмоциональной и интеллектуальной сферы;

–реализация комплекса индивидуально ориентированных мер по ослаблению, снижению или устранению отклонений в развитии и проблем поведения.

КРР организуется: по обоснованному запросу педагогов и родителей (законных представителей); на основании результатов психологической диагностики; на основании рекомендаций ППК.

КРР в МБДОУ реализуется в форме групповых и (или) индивидуальных коррекционно-развивающих занятий. Выбор конкретной программы коррекционно - развивающих мероприятий, их количестве, форме организации, методов и технологий реализации определяется МБДОУ самостоятельно, исходя из возрастных особенностей и ООП обучающихся.

Содержание КРР для каждого обучающегося определяется с учетом его ООП на основе рекомендаций ППК МБДОУ.

В образовательной практике определяются нижеследующие категории целевых групп обучающихся для оказания им адресной психологической помощи и включения их в программы психолого-педагогического сопровождения:

1) нормотипичные дети с нормативным кризисом развития;

2) обучающиеся с ООП:

–с ОВЗ и (или) инвалидностью, получившие статус в порядке, установленном законодательством Российской Федерации;

–обучающиеся по индивидуальному учебному плану (учебному расписанию) на основании медицинского заключения (дети, находящиеся под диспансерным наблюдением, в том числе часто болеющие дети); часто болеющие дети характеризуются повышенной заболеваемостью острыми респираторными инфекциями, которые не связаны с врожденными и наследственными состояниями, приводящими к большому количеству пропусков ребенком в посещении МБДОУ;

–обучающиеся, испытывающие трудности в освоении образовательных программ, развитии, социальной адаптации;

–одаренные обучающиеся;

3) дети и (или) семьи, находящиеся в трудной жизненной ситуации, признанные таковыми в нормативно установленном порядке;

4) дети и (или) семьи, находящиеся в социально опасном положении (бездзорные, беспризорные, склонные к бродяжничеству), признанные таковыми в нормативно установленном порядке;

5) обучающиеся "группы риска": проявляющие комплекс выраженных факторов риска негативных проявлений (импульсивность, агрессивность, неустойчивая или крайне низкая (завышенная) самооценка, завышенный уровень притязаний).

КРР с обучающимися целевых групп в МБДОУ осуществляется в ходе всего образовательного процесса, во всех видах и формах деятельности, как в совместной

деятельности детей в условиях дошкольной группы, так и в форме коррекционно - развивающих групповых (индивидуальных) занятий.

КРР строится дифференцированно в зависимости от имеющихся у обучающихся дисфункций и особенностей развития (в познавательной, речевой, эмоциональной, коммуникативной, регулятивной сферах) и должна предусматривать индивидуализацию психолого-педагогического сопровождения.

Содержание КРР

Диагностическая работа включает:

- своевременное выявление детей, нуждающихся в психолого-педагогическом сопровождении;
- раннюю (с первых дней пребывания обучающегося в МБДОУ) диагностику отклонений в развитии и анализ причин трудностей социальной адаптации;
- комплексный сбор сведений об обучающемся на основании диагностической информации от специалистов разного профиля;
- определение уровня актуального и зоны ближайшего развития обучающегося с ОВЗ, с трудностями в обучении и социализации, выявление его резервных возможностей;
- изучение уровня общего развития обучающихся (с учетом особенностей нозологической группы), возможностей вербальной и невербальной коммуникации со сверстниками и взрослыми;
- изучение развития эмоционально-волевой сферы и личностных особенностей обучающихся;
- изучение индивидуальных образовательных и социально-коммуникативных потребностей обучающихся;
- изучение социальной ситуации развития и условий семейного воспитания ребенка;
- изучение уровня адаптации и адаптивных возможностей обучающегося;
- изучение направленности детской одаренности;
- изучение, констатацию в развитии ребенка его интересов и склонностей, одаренности;
- мониторинг развития детей и предупреждение возникновения психолого - педагогических проблем в их развитии;
- выявление детей-мигрантов, имеющих трудности в обучении и социально - психологической адаптации, дифференциальная диагностика и оценка этнокультурной природы имеющихся трудностей;
- всестороннее психолого-педагогическое изучение личности ребенка;
- выявление и изучение неблагоприятных факторов социальной среды и рисков образовательной среды;
- системный разносторонний контроль специалистов за уровнем и динамикой развития обучающегося, а также за созданием необходимых условий, соответствующих особым (индивидуальным) образовательным потребностям обучающегося.

КРР включает:

- выбор оптимальных для развития обучающегося коррекционно-развивающих программ (методик) психолого-педагогического сопровождения в соответствии с его особыми (индивидуальными) образовательными потребностями;
- организацию, разработку и проведение специалистами индивидуальных и групповых коррекционно-развивающих занятий, необходимых для преодоления нарушений поведения и развития, трудностей в освоении образовательной программы и социализации;
- коррекцию и развитие высших психических функций;
- развитие эмоционально-волевой и личностной сферы обучающегося и психологическую коррекцию его поведения;

–развитие коммуникативных способностей, социального и эмоционального интеллекта обучающихся, формирование их коммуникативной компетентности;

–коррекцию и развитие психомоторной сферы, координации и регуляции движений;

–создание условий, обеспечивающих развитие, обучение и воспитание детей с ярко выраженной познавательной направленностью, высоким уровнем умственного развития или иной направленностью одаренности;

–создание насыщенной РППС для разных видов деятельности; формирование инклюзивной образовательной среды, в том числе обеспечивающей включение детей иностранных граждан в российское образовательное пространство с сохранением культуры и идентичности, связанных со страной исхода (происхождения);

–оказание поддержки ребенку в случаях неблагоприятных условий жизни, психотравмирующих обстоятельствах при условии информирования соответствующих структур социальной защиты;

–преодоление педагогической запущенности в работе с обучающимся, стремление устранить неадекватные методы воспитания в семье во взаимодействии родителей (законных представителей) с детьми;

–помощь в устранении психотравмирующих ситуаций в жизни ребенка.

Консультативная работа включает:

–разработку рекомендаций по основным направлениям работы с обучающимся с трудностями в обучении и социализации, единых для всех участников образовательных отношений;

–консультирование специалистами педагогов по выбору индивидуально ориентированных методов и приемов работы с обучающимся;

–консультативную помощь семье в вопросах выбора оптимальной стратегии воспитания и приемов КРР с ребенком.

Информационно-просветительская работа предусматривает:

–различные формы просветительской деятельности (лекции, беседы, информационные стенды, печатные материалы, электронные ресурсы), направленные на разъяснение участникам образовательных отношений - обучающимся (в доступной для дошкольного возраста форме), их родителям (законным представителям), педагогам - вопросам, связанных с особенностями образовательного процесса и психолого-педагогического сопровождения обучающихся, в том числе с ОВЗ, трудностями в обучении и социализации;

–проведение тематических выступлений, онлайн-консультаций для педагогов и родителей (законных представителей) по разъяснению индивидуально - типологических особенностей различных категорий обучающихся, в том числе с ОВЗ, трудностями в обучении и социализации.

Реализация КРР с обучающимися с ОВЗ и детьми-инвалидами согласно нозологическим группам осуществляется в соответствии с Федеральной адаптированной образовательной программой дошкольного образования. КРР с обучающимися с ОВЗ и детьми-инвалидами должна предусматривать предупреждение вторичных биологических и социальных отклонений в развитии, затрудняющих образование и социализацию обучающихся, коррекцию нарушений психического и физического развития средствами коррекционной педагогики, специальной психологии и медицины; формирование у обучающихся механизмов компенсации дефицитарных функций, не поддающихся коррекции, в том числе с использованием ассистивных технологий.

КРР с детьми, находящимися под диспансерным наблюдением, в том числе часто болеющие дети, имеет выраженную специфику. Детям, находящимся под диспансерным наблюдением, в том числе часто болеющим детям, свойственны: быстрая утомляемость, длительный период восстановления после заболевания и (или) его обострения (не менее 4-х недель), специфические особенности межличностного взаимодействия и

деятельности (ограниченность круга общения больного ребенка, объективная зависимость от взрослых (родителей (законных представителей), педагогов), стремление постоянно получать от них помощь). Для детей, находящихся под диспансерным наблюдением, в том числе часто болеющих детей, старшего дошкольного возраста характерны изменения в отношении ведущего вида деятельности - сюжетно-ролевой игры, что оказывает негативное влияние на развитие его личности и эмоциональное благополучие. В итоге у ребенка появляются сложности в освоении программы и социальной адаптации.

Направленность КРР с детьми, находящимися под диспансерным наблюдением, в том числе часто болеющими детьми на дошкольном уровне образования:

- коррекция (развитие) коммуникативной, личностной, эмоционально-волевой сфер, познавательных процессов;
- снижение тревожности;
- помощь в разрешении поведенческих проблем;
- создание условий для успешной социализации, оптимизация межличностного взаимодействия со взрослыми и сверстниками.

Включение часто болеющих детей в программу КРР, определение индивидуального маршрута психолого-педагогического сопровождения осуществляется на основании медицинского заключения и рекомендаций ППК по результатам психологической и педагогической диагностики.

Направленность КРР с одаренными обучающимися на дошкольном уровне образования:

- определение вида одаренности, интеллектуальных и личностных
- особенностей детей, прогноз возможных проблем и потенциала развития.
- вовлечение родителей (законных представителей) в образовательный процесс и установление с ними отношений сотрудничества как обязательного условия поддержки и развития одаренного ребенка, как в МБДОУ, так и в условиях семейного воспитания;
- создание атмосферы доброжелательности, заботы и уважения по отношению к ребенку, обстановки, формирующей у ребенка чувство собственной значимости, поощряющей проявление его индивидуальности;
- сохранение и поддержка индивидуальности ребенка, развитие его индивидуальных способностей и творческого потенциала как субъекта отношений с людьми, миром и самим собой;
- формирование коммуникативных навыков и развитие эмоциональной устойчивости;
- организация предметно-развивающей, обогащенной образовательной среды в условиях МБДОУ, благоприятную для развития различных видов способностей и одаренности.

Включение ребенка в программу КРР, определение индивидуального маршрута психолого-педагогического сопровождения осуществляется на основе заключения ППК по результатам психологической и педагогической диагностики.

Направленность КРР с билингвальными обучающимися, детьми мигрантов, испытывающими трудности с пониманием государственного языка Российской Федерации на дошкольном уровне образования:

- развитие коммуникативных навыков, формирование чувствительности к сверстнику, его эмоциональному состоянию, намерениям и желаниям;
- формирование уверенного поведения и социальной успешности;
- коррекцию деструктивных эмоциональных состояний, возникающих вследствие попадания в новую языковую и культурную среду (тревога, неуверенность, агрессия);
- создание атмосферы доброжелательности, заботы и уважения по отношению к ребенку.

Работу по социализации и языковой адаптации детей иностранных граждан, обучающихся в организациях, реализующих программы ДО в Российской Федерации, рекомендуется организовывать с учетом особенностей социальной ситуации каждого ребенка персонально.

Психолого-педагогическое сопровождение детей данной целевой группы может осуществляться в контексте общей программы адаптации ребенка к МБДОУ. В случаях выраженных проблем социализации, личностного развития и общей дезадаптации ребенка, его включение в программу КРР может быть осуществлено на основе заключения ППК по результатам психологической диагностики или по запросу родителей (законных представителей) ребенка.

. К целевой группе обучающихся "группы риска" могут быть отнесены дети, имеющие проблемы с психологическим здоровьем; эмоциональные проблемы (повышенная возбудимость, апатия, раздражительность, тревога, появление фобий); поведенческие проблемы (грубость, агрессия, обман); проблемы неврологического характера (потеря аппетита); проблемы общения (стеснительность, замкнутость, излишняя чувствительность, выраженная нереализованная потребность в лидерстве); проблемы регуляторного характера (расстройство сна, быстрая утомляемость, навязчивые движения, двигательная расторможенность, снижение произвольности внимания).

Направленность КРР с обучающимися, имеющими девиации развития и поведения на дошкольном уровне образования:

- коррекция (развитие) социально-коммуникативной, личностной, эмоционально-волевой сферы;

- помощь в решении поведенческих проблем;

- формирование адекватных, социально-приемлемых способов поведения;

- развитие рефлексивных способностей;

- совершенствование способов саморегуляции.

Включение ребенка из "группы риска" в программу КРР, определение индивидуального маршрута психолого-педагогического сопровождения осуществляется на основе заключения ППК по результатам психологической диагностики или по обоснованному запросу педагога и (или) родителей (законных представителей).

Конкретные мероприятия коррекционной работы содержатся в методических документах соответствующих специалистов – педагога-психолога, учителя-логопеда, учителя-дефектолога и других.

Коррекционная работа с воспитанниками с ОВЗ согласно их нозологическим группам, которым психолого-медико-педагогическая комиссия рекомендовала обучение по адаптированной образовательной программе, осуществляется в соответствии с адаптированной образовательной программой, составленной на основе федеральной адаптированной образовательной программой дошкольного образования.

2.7. Часть программы, формируемая участниками образовательных отношений.

✓ Вариативные формы, способы, методы и средства реализации Программ по «Физическому воспитанию» реализуются через парциальную программу «Физическая культура дошкольникам» Л.Д. Глазырина с 3 до 7 лет. И парциальную программу Григорьева Г. Г. Кроха: Пособие по воспитанию, обучению и развитию детей до трех лет/Г. Г. Григорьева, Н. П. Кочетова, Д. В. Сергеева и др.

2.7.1. «Физическая культура дошкольникам», Л.Д. Глазырина Возрастные группы с 3 до 7 лет Программа направлена на физическое развитие и оздоровления дошкольников. Автор программы – опытный педагог по физическому воспитанию детей, доктор педагогических наук Л. Д. Глазырина. Программа предназначена для работы с детьми от 1 года до 6 лет. Цели программы – оптимально реализовать оздоровительное, воспитательное и образовательное направления физического воспитания, учитывая

индивидуальные возможности развития ребёнка во все периоды дошкольного детства. Задачи программы: а) оздоровительное направление – обеспечение качественной работы дошкольных учреждений по укреплению здоровья детей; б) воспитательное направление – обеспечение социального формирования личности ребёнка, развитие его творческих сил и способностей; в) образовательное направление – обеспечение усвоения систематизированных знаний, формирование двигательных умений и навыков, развитие двигательных способностей. В программе представлены разнообразные формы работы с детьми по физическому воспитанию и их продолжительность по возрастным группам. Формы работы по физическому воспитанию: • физкультурные занятия; • утренняя гимнастика; • физкультурные минутки; • физкультурные забавы; • физкультурные праздники; • самостоятельные физкультурные занятия и особенности работы с детьми с первого по шестой год жизни. Для детей каждой возрастной группы выделены различные развивающие упражнения, которые представлены в таблицах. В методических рекомендациях определены умения по овладению детьми различными видами упражнений: общеразвивающие упражнения, ходьба, бег, прыжки, катание, бросание, ползание, лазание, равновесие, спортивные и игровые упражнения, построение и перестроение и т. д.

2.7.2 Программа «Кроха» - воспитание, обучение и развитие детей до 3 лет

Программа и методика последовательного воспитания, обучения и развития малышей до 3-х лет. Авторы - Григорьева Г.Г., Кочетова Н.П., Сергеева Д.В. и др.

Впервые подготовлена для родителей программа воспитания ребенка от рождения до 3 лет, в которой раскрываются общие закономерности развития человека в раннем возрасте и четко обозначено: что, когда и почему надо делать с малышом, чтобы обеспечить его полноценное развитие.

Цель программы: комплексно развивать, воспитывать и обучать детей в возрасте до 3 лет.

Задачи программы: Обеспечить сохранение здоровья, своевременное физическое развитие ребенка. Создать условия для психического, целостного личностного развития малыша. Содействовать зарождению и развитию ведущих видов деятельности: общения и предметной деятельности; предпосылок игры и продуктивных видов деятельности

2.7.3. Парциальная программа «Обучение плаванию в детском саду» Вороновой Е.К.

Программа обеспечивает всестороннее развитие на основе психологических особенностей, создает оптимальные условия для реализации активности.

Нагрузка дозируется за счет повторений упражнений, температуры воды, воздуха, обязательным условием для занятий является хорошее самочувствие и положительный настрой.

Целевая установка физического воспитания детей дошкольного возраста определяется требованиями современного этапа развития общества и системы образования к формированию личности.

Плавание – одно из важнейших звеньев в воспитании ребенка – содействует разностороннему физическому развитию, стимулирует деятельность нервной, сердечно-сосудистой, дыхательной систем, значительно расширяет возможности опорно-двигательного аппарата. Это одно из лучших средств закаливания и формирования правильной осанки ребенка. В ходе занятий плаванием возможно скорректировать равномерное развитие мышечной системы, так как в работу вовлекаются все основные группы мышц. Закрепляются уже имеющиеся навыки в беге, прыжках, ходьбе, формируется навык скольжения, который является базовым движением в плавании. В процессе дети обогащаются не только двигательным опытом, но и эстетическим, эмоциональным, волевым, нравственным, спортивными, укрепляют навыки общения, что формирует у них уверенность в своих силах, служит основой для успешного овладения школьной программой. Правильно организованные занятия способствуют развитию смелости, решительности, самостоятельности, дисциплинированности. Прививают

стойкие гигиенические навыки, которые постепенно становятся потребностью и привычкой.

Купание, игры в воде, плавание можно рассматривать как эффективное средство нормального развития ребенка.

Цель программы: Обучение детей дошкольного возраста плаванию; закаливанию и укреплению детского организма; обучение каждого ребенка осознанно заниматься физическими упражнениями; создание основы для разностороннего физического развития (развитие и укрепление опорно-двигательного аппарата, сердечно-сосудистой, дыхательной и нервной систем).

Задачи программы:

Оздоровительные:

- сохранять и укреплять здоровье детей;
- учить бережному отношению к своему здоровью, личной гигиене;
- развивать функциональные и адаптационные возможности детей и улучшать их работоспособность, закаливание организма;

- совершенствование ОДА, формирование правильной осанки;

образовательные:

- расширять и углублять представления и знания о пользе занятий плаванием;
- ознакомить детей с различными способами плавания;
- развивать психофизические качества и двигательные способности (выносливость, силу, ловкость, гибкость, координацию движений, дыхательные функции)
- формировать умения и навыки правильного выполнения плавания спортивным способом плавания

воспитательные:

- воспитывать интерес к активной деятельности в воде;
- воспитывать нравственно-волевые качества: смелость, настойчивость, чувства собственного достоинства, самостоятельность.

3.1. Особенности организации развивающей предметно-пространственной среды по физическому развитию

3.1.1. Развивающая предметно-пространственная среда спортивного зала содержательно насыщена и соответствует возрастным возможностям детей. Образовательное пространство спортивного зала оснащено в соответствии с требованиями образовательных программ, реализуемых в дошкольном учреждении и создано таким образом, что дает возможность эффективно развивать **индивидуальность каждого ребенка с учетом его склонностей, интересов, уровня активности.**

Для основных видов движения: Гимнастическая скамейка, доска гладкая с зацепами, доска с ребристой поверхностью, дорожка – змейка (канат), коврик массажный, коврик со следочками, батут детский, скакалки, маты гимнастические, гимнастический мяч (фитбол), кегли, кольцо, мешочек с грузом, мяч набивной, мячи большие, мячи средние, мячи малые, мяч для волейбола, мяч для футбола, мяч для баскетбола, мишени для метания настенные, кольцо баскетбольное, стенка гимнастическая деревянная, дуга большая, дуга средняя, дуга малая, туннель.

Для общеразвивающих упражнений: Флажки, кубики, ленточки, платочки, гимнастические палки, кегли, теннисные мячики, мячики массажные (Су-Джок), обручи, султанчики, мячи средние, мячи малые, гантели.

Для подвижных игр и эстафет: Маски, шапочки, кольца, обручи, кегли, ориентиры, кубики, мячики, маленькие мячики: футбольный, баскетбольный, волейбольный, теннисные мячи. Маски из бумаги, ориентиры для эстафет из бросового материала.

Все пространство предметно-пространственной среды и оборудование спортивного зала безопасное, эстетически привлекательное, здоровьесберегающее, развивающее, соответствует санитарно-гигиеническим требованиям и требованиям пожарной

безопасности, с учетом свободного доступа детей к местам эвакуации. Спортивное оборудование зала **соответствует возрасту и росту детей.**

Безопасность: все спортивное оборудование и инвентарь изготовлено из безвредных для здоровья детей материалов и имеет документы, подтверждающие их происхождение и безопасность. Все приобретаемое оборудование соответствует обязательным требованиям, установленным техническими регламентами и национальными стандартами. Спортивное оборудование закреплено и проверено, на основании чего составлен акт испытания спортивного оборудования и инвентаря.

Все оснащение спортивного зала **эстетически привлекательно**, имеет современный дизайн, яркую окраску и изготовлено из современных материалов. Все оборудование и оснащение зала проходит санитарную обработку в соответствии с **нормами СанПиН** и могут быть подвержены влажной уборке и дезинфекции, рабочий инвентарь ежедневно промываются проточной водой с мылом. В спортивном зале **созданы все условия для сохранения психического и физического здоровья каждого ребенка** и обеспечение его эмоционального благополучия. Предметно-пространственная среда зала обеспечивает максимальную реализацию образовательного потенциала, способствует общению и совместной деятельности детей и взрослых. Спортивный зал имеет хорошее естественное освещение в качестве 4 больших окон, и в дополнение 12 люминесцентных светильника (потолочных плафона). Полы покрыты специальным покрытием без щелей и застрогов и имеет ровную не скользящую поверхность. Стены ровные, гладкие окрашены в светлый тон. Системы отопления закрыты панелями и не выступают из плоскости стены. Оконные проемы также имеют защитное ограждение от ударов мячом, и солнцезащитное приспособление (жалюзи). Потолок имеет не осыпаемую окраску устойчивую к ударам мяча. Вентиляция обеспечивается естественным путем проветривания через окна и фрамуги.

Пожарная безопасность: спортивный зал имеет два эвакуационных выхода, по центру потолка размещены 3 датчика пожарной тревоги на случай задымления.

Трансформируемость предметно-пространственной среды спортивного зала подразумевает возможность её изменения в зависимости от образовательной ситуации.

Спортивное оборудование зала размещено по периметру помещения благодаря этому остается максимальное пространство для активной двигательной деятельности и проведения НОД. В теплое время года зарядка и непосредственно образовательная деятельность проводится на спортивной площадке, так же используется и асфальтированная территория детского сада для проведения спортивных эстафет и кроссов для детей старшего дошкольного возраста. Во время проведения непосредственно образовательной деятельности дети могут легко пользоваться любым спортивным инвентарем и пособиями, которые располагаются на открытых полках. Инвентарь можно перемещать, переставлять с одного места на другое в зависимости от образовательной ситуации, и поставленной задачи. Использование мягких красочных модулей помогает трансформировать пространство, а **полифункциональность** материалов помогает изменить его в зависимости от образовательной ситуации, например, те же мягкие модули могут быть строительным материалом, средствами для плавания, служить ориентирами, или препятствиями в эстафете и подвижных играх.

Все пособия спортивного зала **полифункциональны** и пригодны для использования в разных видах детской активности.

Спортивно – игровые пособия, спортивное оборудование, а также спортивный инвентарь **периодически меняется**, появляются новые спортивные пособия и предметы, стимулирующие игровую, двигательную и исследовательскую активность детей. В зависимости от времени года или проектной деятельности в спортивном зале меняются наглядные и дидактические пособия, а так же игровой материал, также меняется и оформление фото стенда «Мы выбираем спорт». Таким образом, развивающая **среда является вариативной.**

Предметно-пространственная среда спортивного зала спроектирована в соответствии с образовательной программой, с учетом **принципа интеграции образовательных областей** и должна обеспечить дошкольнику целостное восприятие окружающего мира.

3.1.2. Особенности организации развивающей предметно-пространственной среды в бассейне детского сада в том, что среда должна стимулировать физическую активность детей, присущее им желание совершенствоваться в приобретённых навыках плавания, познавать, побуждать применять в играх свое умение.

Для выполнения этой данной задачи РППС должна быть:

Содержательно-насыщенной - включать средства обучения (в том числе, технические), материалы (в том числе, расходные), инвентарь, игровое, спортивное и оздоровительное оборудование, которые позволяют обеспечить игровую, познавательную, исследовательскую и творческую активность всех категорий детей, экспериментирование с материалами, доступными детям; 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.

Трансформируемой - обеспечивать возможность изменений РППС в зависимости от образовательной ситуации, в том числе, от меняющихся интересов и возможностей детей; Полифункциональной - обеспечивать возможность разнообразного использования составляющих РППС (например, детской мебели, матов, мягких модулей, ширм, в том числе, природных материалов) в разных видах детской активности;

Доступной - обеспечивать свободный доступ воспитанников (в том числе, детей с ограниченными возможностями здоровья) к играм, игрушкам, материалам, пособиям, обеспечивающим все основные виды детской активности;

Безопасной - все элементы РППС должны соответствовать требованиям по обеспечению надежности и безопасности их использования, таким как санитарно-эпидемиологические правила и нормативы, и правила пожарной безопасности. Особенности организации развивающей предметно-пространственной среды в бассейне детского сада в том, что среда должна стимулировать физическую активность детей, присущее им желание совершенствоваться в приобретённых навыках плавания, познавать, побуждать применять в играх свое умение. В ходе игр, в том числе игровых упражнений, дети должны иметь возможность использовать игровое и спортивное оборудование. Водная среда должна предоставлять условия для игрового обучения плаванию и развития моторных функций и координации ребенка.

В бассейне ДООУ создана благоприятная предметно-пространственная среда т.к. оснащение необходимым оборудованием, инвентарем соответствует возрастным особенностям, что позволяет детям развивать свои способности, овладевать навыками и умениями в плавании.

В каждой возрастной группе решаются определенные задачи и цели, поэтому в зависимости от поставленных задач возможно изменять наполнение пространства игрушками и пособиями (трансформируемость).

Вариативность. Внесение нового игрового материала для занятия, нового спортивного инвентаря, позволяющих видеть новые свойства воды (не тонет, плавает).

Перечень оборудования:

- надувные круги разных размеров;
- плавательные доски маленькие (*поролоновые*);
- обручи, горизонтальный и вертикальный;
- гимнастические палки;
- нарукавники;
- поролоновые палки - «*нудлсы*»; «*колобашки*»;
- мячи резиновые разных размеров;
- плавающие и тонущие игрушки.

Перечень нестандартного оборудования:

- дуги-модули «*Радуга*» - для совершенствования координационных возможностей.
- азделительный канат, для разделения чаши бассейна на дорожки, для проведения эстафет и соревнований.
- цветной канат (*поперечный*) для скольжения над и под ним, как препятствие в играх и эстафетах.
- обруч вертикальный «*Бубенчики*» (со специальным центром тяжести для вертикального расположения в воде и звуковым сигналом). Для скольжения и как звуковой ориентир при неправильном выполнении упражнений.

В бассейне собрана и классифицирована по интегрированным темам периода обширная картотека «*Здоровьесберегающих технологий*». Картотека содержит разминки, пальчиковые игры, зрительные гимнастики, дыхательные упражнения, упражнения координации речи с движением, игровые массажи и самомассажи.

Таким образом, в плавательном бассейне ДОУ имеется достаточное разнообразие материалов, оборудования, инвентаря и пособий, обеспечивающих содержательно-насыщенную, трансформируемую, полифункциональную, вариативную, доступную и безопасную среду.

3.2. Программно - методическое обеспечение:

1. Татьяна Токаева: Будь здоров, дошкольник. Программа физического развития детей 3-7 лет. ФГОС. Сфера. 2016
2. Елена Сулим: Занятия по физкультуре в детском саду. Игровой стретчинг для дошкольников. ФГОС ДО. Сфера. 2017
3. Татьяна Токаева: Технология физического развития детей 3-4 лет. ФГОС. Сфера. 2017
4. Татьяна Токаева: Технология физического развития детей 4-5 лет. ФГОС ДО. Сфера. 2017
5. Татьяна Харченко: Спортивные праздники в детском саду. ФГОС ДО. Сфера. 2016
6. Бабенкова, Федоровская: Игры, которые лечат. Для детей от 5 до 7 лет. ФГОС ДО. Сфера. 2017
7. Бабенкова, Федоровская: Игры, которые лечат. Для детей от 3 до 5 лет. ФГОС ДО. Сфера. 2017

Календарно-тематическое планирование для детей 2-3 лет

Сентябрь 1,2 неделя адаптация		
Тема: «Пойдем в гости к кукле, зайчику, мишке»		
№ НОД	1 занятие	2 занятие
Программное содержание	Научить детей ходить между предметами. Развивать ловкость, быстроту, умение ориентироваться в пространстве. Воспитывать у детей радостное эмоциональное отношение к выполнению упражнений.	Научить детей прокатывать мяч одной рукой. Развивать ловкость, быстроту, умение ориентироваться в пространстве. Воспитывать у детей радостное эмоциональное отношение к выполнению упражнений.
1-я часть: Вводная часть	Создание игровой мотивации. Ходьба стайкой за инструктором. Бег стайкой за инструктором. Ходьба с восстановлением дыхания. Построение в круг.	Создание игровой мотивации. Ходьба стайкой за инструктором. Бег стайкой за инструктором. Ходьба с восстановлением дыхания. Построение в круг
2-я часть: Основные виды движений	1) ходьба между кубиками, шириной 20-25 см — «пойдем к кукле поздороваться» (2 раза) 2) прыжки на всей стопе с подниманием на носки — «попрыгаем с зайчиком». Дети стоят полукругом, инструктор напротив. Под счет, хлопки, музыкальное сопровождение предлагает детям ритмично приседать и выпрямляться, поднимаясь на носки, пробовать подпрыгнуть. (2 раза)	1) прыжки на всей стопе с подниманием на носки — «попрыгаем с зайчиком». Дети стоят полукругом, инструктор напротив. Под счет, хлопки, музыкальное сопровождение предлагает детям ритмично приседать и выпрямляться, поднимаясь на носки, пробовать подпрыгнуть. (2 раза) 2) прокатывание мяча одной рукой — «поиграем с мишкой». Инструктор в руках держит мишку и его лапами толкает мяч каждому ребенку по отдельности, ребенок останавливает мяч, катит его инструктору; дети могут держать ноги врозь или по-турецки. (2 - 3 раза)
Подвижная. игра	Игра «Догонялки» (Мишка догоняет детей затем убегает от них).	
Заключительная часть	Ходьба стайкой за мишкой.	
Тема: «В гостях у куклы, зайчика, мишки»		
	3 занятие	4 занятие
Программное содержание	Научить детей ползать на средних четвереньках по прямой. Упражнять в ходьбе между предметами. Закрепить умение ориентироваться в пространстве. Развивать равновесие.	Упражнять в ходьбе между предметами. Закрепить умение прыгать на всей стопе. Закрепить умение ориентироваться в пространстве. Развивать равновесие.
1-я часть: Вводная часть	Создание игровой мотивации. Ходьба и бег стайкой за инструктором. Ходьба с восстановлением дыхания. Свободное построение	Создание игровой мотивации. Ходьба и бег стайкой за инструктором. Ходьба с восстановлением дыхания. Свободное построение
ОРУ	Комплекс с погремушками	
2-я часть: Основные	1) ползание на средних четвереньках по прямой 3-4 м —	1) ходьба между кубиками — «идем к кукле»; обратно

виды движений	«Доползи до мишки» (2раза). 2) ходьба между кубиками — «идем к кукле»; обратно вернуться по «дорожке» - доске к зайчику (2раза).	вернуться по «дорожке» -доске к зайчику (2раза). 2) прыжки на всей стопе с подниманием на носки — «попрыгаем с зайчиком». Под счет, музыкальное сопровождение ритмично приседать и выпрямляться, поднимаясь на носки, пробовать подпрыгнуть (10-15сек).
Подвижная игра	«Догонялки» (Мишка догоняет и убегает).	
Заключительная часть	Ходьба стайкой за зайкой.	
Тема: «Пойдем в гости к кукле, зайчику, мишке»		
№ НОД	5 занятие	6 занятие
Программное содержание	Научить детей ходить между предметами. Развивать ловкость, быстроту, умение ориентироваться в пространстве. Воспитывать у детей радостное эмоциональное отношение к выполнению упражнений.	Научить детей прокатывать мяч одной рукой. Развивать ловкость, быстроту, умение ориентироваться в пространстве. Воспитывать у детей радостное эмоциональное отношение к выполнению упражнений.
1-я часть: Вводная часть	Создание игровой мотивации. Ходьба стайкой за инструктором. Бег стайкой за инструктором. Ходьба с восстановлением дыхания. Построение в круг.	Создание игровой мотивации. Ходьба стайкой за инструктором. Бег стайкой за инструктором. Ходьба с восстановлением дыхания. Построение в круг
2-я часть: Основные виды движений	3) ходьба между кубиками, шириной 20-25 см — «пойдем к кукле поздороваться» (2 раза) 4) прыжки на всей стопе с подниманием на носки — «попрыгаем с зайчиком». Дети стоят полукругом, инструктор напротив. Под счет, хлопки, музыкальное сопровождение предлагает детям ритмично приседать и выпрямляться, поднимаясь на носки, пробовать подпрыгнуть. (2 раза)	1) прыжки на всей стопе с подниманием на носки — «попрыгаем с зайчиком». Дети стоят полукругом, инструктор напротив. Под счет, хлопки, музыкальное сопровождение предлагает детям ритмично приседать и выпрямляться, поднимаясь на носки, пробовать подпрыгнуть. (2 раза) 2) прокатывание мяча одной рукой — «поиграем с мишкой». Инструктор в руках держит мишку и его лапами толкает мяч каждому ребенку по отдельности, ребенок останавливает мяч, катит его инструктору; дети могут держать ноги врозь или по-турецки. (2 - 3раза)
Подвижная. игра	Игра «Догонялки» (Мишка догоняет детей затем убегает от них).	
Заключительная часть	Ходьба стайкой за мишкой.	
Тема: «В гостях у куклы, зайчика, мишки»		
	7 занятие	
Программное содержание	Научить детей ползать на средних четвереньках по прямой. Упражнять в ходьбе между предметами. Закрепить умение ориентироваться в пространстве. Развивать равновесие.	

1-я часть: Вводная часть	Создание игровой мотивации. Ходьба и бег стайкой за инструктором. Ходьба с восстановлением дыхания. Свободное построение	
ОРУ	Комплекс с погремушками	
2-я часть: Основные виды движений	3) ползание на средних четвереньках по прямой 3-4 м — «Доползи до мишки» (2раза). 4) ходьба между кубиками — «идем к кукле»; обратно вернуться по «дорожке» - доске к зайчику (2раза).	
Подвижная игра	«Догонялки» (Мишка догоняет и убегает).	
Заключительная часть	Ходьба стайкой за зайкой.	
Октябрь		
Тема: «Пойдем в гости к кукле, лошадке, собачке»		
	8 занятие	9 занятие
Программное содержание	Познакомить детей с ходьбой и бегом врассыпную. Научить детей катать мяч двумя руками. Упражнять, в ползании на средних четвереньках. Закрепить умение ходить между предметами. Воспитывать у детей положительное эмоциональное отношение к играм с движениями.	Познакомить детей с ходьбой и бегом врассыпную. Научить детей катать мяч двумя руками. Упражнять, в ползании на средних четвереньках. Закрепить умение ходить между предметами. Воспитывать у детей положительное эмоциональное отношение к играм с движениями.
1-я часть: Вводная часть	Ходьба врассыпную. Бег врассыпную. Ходьба с восстановлением дыхания. Свободное построение.	Ходьба врассыпную. Бег врассыпную. Ходьба с восстановлением дыхания. Свободное построение.
ОРУ	Комплекс с погремушками	
2-я часть: Основные виды движений	катание мяча двумя руками — «поиграем с куклой». (Ручками куклы толкать мяч каждому ребенку по отдельности; ребенок останавливает мяч, катит его кукле) (по 2 раза) ползание на средних четвереньках по прямой 3-4 м — «идем, как собачки» — выполнять по одной стороне зала (по 2 раза) ходьба между кубиками (расст. 20-25 см) — «пойдем к лошадке» — выполнять по другой стороне зала (по 2 раза)	1) катание мяча двумя руками — «поиграем с куклой». (Ручками куклы толкать мяч каждому ребенку по отдельности; ребенок останавливает мяч, катит его кукле)(по 2 раза) 2) ползание на средних четвереньках по прямой 3-4 м — «идем, как собачки» — выполнять по одной стороне зала.(по 2 раза) 3) ходьба между кубиками (расст. 20-25см) — «пойдем к лошадке» — выполнять по другой стороне зала.(по 2 раза)
Подвижная игра	«Бегите ко мне»	

Заключительная часть	Психогимнастика «Остров плакс»	
Тема: «Пойдем в гости к кукле, лошадке, собачке»		
	10 занятие	11 занятие
Программное содержание	Познакомить детей с ходьбой и бегом врасыпную. Научить детей катать мяч двумя руками. Упражнять, в ползании на средних четвереньках. Закрепить умение ходить между предметами. Воспитывать у детей положительное эмоциональное отношение к играм с движениями.	Познакомить детей с ходьбой и бегом врасыпную. Научить детей катать мяч двумя руками. Упражнять, в ползании на средних четвереньках. Закрепить умение ходить между предметами. Воспитывать у детей положительное эмоциональное отношение к играм с движениями.
1-я часть: Вводная часть	Ходьба врасыпную. Бег врасыпную. Ходьба с восстановлением дыхания. Свободное построение.	Ходьба врасыпную. Бег врасыпную. Ходьба с восстановлением дыхания. Свободное построение.
ОРУ	Комплекс с погремушками	
2-я часть: Основные виды движений	катание мяча двумя руками — «поиграем с куклой». (Ручками куклы толкать мяч каждому ребенку по отдельности; ребенок останавливает мяч, катит его кукле) (по 2 раза) ползание на средних четвереньках по прямой 3-4 м — «идем, как собачки» — выполнять по одной стороне зала (по 2 раза) ходьба между кубиками (расст. 20-25 см) — «пойдем к лошадке» — выполнять по другой стороне зала (по 2 раза)	4) катание мяча двумя руками — «поиграем с куклой». (Ручками куклы толкать мяч каждому ребенку по отдельности; ребенок останавливает мяч, катит его кукле)(по 2 раза) 5) ползание на средних четвереньках по прямой 3-4 м — «идем, как собачки» — выполнять по одной стороне зала.(по 2 раза) 6) ходьба между кубиками (расст. 20-25см) — «пойдем к лошадке» — выполнять по другой стороне зала.(по 2 раза)
Подвижная игра	«Бегите ко мне»	
Заключительная часть	Психогимнастика «Остров плакс»	
Тема: «Птички летают»		
	12 занятие	13 занятие
Программное содержание	Научить детей прыгать на двух ногах на месте. Упражнять в прокатывании мяча двумя руками. Закрепить умение ползать на средних четвереньках. Развивать ловкость, координацию движений, умение ориентироваться в пространстве. Воспитывать желание выполнять имитационные движения выразительно.	Научить детей прыгать на двух ногах на месте. Упражнять в прокатывании мяча двумя руками. Закрепить умение ползать на средних четвереньках. Развивать ловкость, координацию движений, умение ориентироваться в пространстве. Воспитывать желание выполнять имитационные движения выразительно.
1-я часть: Вводная	Создание игровой мотивации. Чередование ходьбы	Создание игровой мотивации. Чередование ходьбы стайкой с

часть	стайкой с ходьбой врассыпную — «птички летают». Бег стайкой и врассыпную с взмахом рук вниз- вверх. Ходьба с восстановлением дыхания. Свободное построение	ходьбой врассыпную — «птички летают». Бег стайкой и врассыпную с взмахом рук вниз вверх. Ходьба с восстановлением дыхания. Свободное построение
ОРУ	«Забавные птички»	«Забавные птички»
2-я часть: Основные виды движений	прыжки на 2-х ногах на месте — «птички прыгают» (2х8) катание мяча двумя руками (по 3раза); ползание на средних четвереньках по прямой 3-4 м — «как собачки» (по 2 раза);	прыжки на 2-х ногах на месте — «птички прыгают» (2х8) катание мяча двумя руками (по 3раза) ползание на средних четвереньках по прямой 3-4 м — «как собачки» (по 2раза);
Подвижная игра	«Птички в гнездышках»	«Птички в гнездышках»
Заключительная часть	Ходьба стайкой за инструктором — «птички медленно летят домой».	Ходьба стайкой за инструктором — «птички медленно летят домой».
Тема: «Птички летают»		
	14 занятие	15 занятие
Программное содержание	Научить детей прыгать на двух ногах на месте. Упражнять в прокатывании мяча двумя руками. Закрепить умение ползать на средних четвереньках. Развивать ловкость, координацию движений, умение ориентироваться в пространстве. Воспитывать желание выполнять имитационные движения выразительно.	Научить детей прыгать на двух ногах на месте. Упражнять в прокатывании мяча двумя руками. Закрепить умение ползать на средних четвереньках. Развивать ловкость, координацию движений, умение ориентироваться в пространстве. Воспитывать желание выполнять имитационные движения выразительно.
1-я часть: Вводная часть	Создание игровой мотивации. Чередование ходьбы стайкой с ходьбой врассыпную — «птички летают». Бег стайкой и врассыпную с взмахом рук вниз-вверх. Ходьба с восстановлением дыхания. Свободное построение	Создание игровой мотивации. Чередование ходьбы стайкой с ходьбой врассыпную — «птички летают». Бег стайкой и врассыпную с взмахом рук вниз-вверх. Ходьба с восстановлением дыхания. Свободное построение
ОРУ	«Забавные птички»	«Забавные птички»
2-я часть: Основные виды движений	прыжки на 2-х ногах на месте — «птички прыгают» (2х8) катание мяча двумя руками (по 3раза); ползание на средних четвереньках по прямой 3-4 м — «как собачки» (по 2 раза);	прыжки на 2-х ногах на месте — «птички прыгают» (2х8) катание мяча двумя руками (по 3раза) ползание на средних четвереньках по прямой 3-4 м — «как собачки» (по 2раза);
Подвижная игра	«Птички в гнездышках»	«Птички в гнездышках»
Заключительная часть	Ходьба стайкой за инструктором — «птички медленно летят домой».	Ходьба стайкой за инструктором — «птички медленно летят домой».
Тема: «В гостях у кукол»		
	16 занятие	17 занятие
Программное содержание	Познакомить детей с построением в колонну по одному; ходьбой и бегом в колонне по одному. Научить детей	Познакомить детей с построением в колонну по одному; ходьбой и бегом в колонне по одному. Научить детей двигаться по

	двигаться по ограниченной площади опоры. Развивать равновесие. Упражнять в прыжках на двух ногах на месте с поворотом вокруг себя. Закрепить навык активного отталкивания при катании мяча. Воспитывать сочувствие к игровым персонажам.	ограниченной площади опоры. Упражнять в прыжках на двух ногах на месте с поворотом вокруг себя. Закрепить навык активного отталкивания при катании мяча. Развивать равновесие. Воспитывать сочувствие к игровым персонажам.
1-я часть: Вводная часть	Построение в колонну по 1 по зрительной ориентации. Ходьба в колонне по 1 по зрительной ориентации. Бег в колонне по 1 по зрительной ориентации. Ходьба с восстановлением дыхания. Построение в круг	Создание игровой мотивации. Построение в колонну по 1 по зрительной ориентации. Ходьба в колонне по 1 по зрительной ориентации. Бег в колонне по 1 по зрительной ориентации. Ходьба с восстановлением дыхания. Построение в круг
ОРУ	«Поиграем с куклами»	«Поиграем с куклами»
2-я часть: Основные виды движений	1) ходьба по дорожке (шир. 20 см, дл. 2 м) (Катя, Катя маленька, Катенька удаленька, Пройди по дороженьке, Топни, Катя, ноженькой) (2раза) 2) прыжки на 2-х ногах на месте вокруг себя (по 2раз. в каждую сторону) катание мяча двумя руками (2-3раза);	1) ходьба по дорожке (шир. 20 см, дл. 2 м) (Катя, Катя маленька, Катенька удаленька, Пройди по дороженьке, Топни, Катя, ноженькой) (2раза) 2) прыжки на 2-х ногах на месте вокруг себя (по 2раз. в каждую сторону) катание мяча двумя руками (2-3раза);
Подвижная игра	«Солнышко и дождик».	«Солнышко и дождик».
Заключительная часть	Ходьба со взмахами кистями правой и левой рукой — «до свидания!» по 2 раза в каждую сторону	
Тема: «В гостях у кукол»		
	18 занятие	19 занятие
Программное содержание	Познакомить детей с построением в колонну по одному; ходьбой и бегом в колонне по одному. Научить детей двигаться по ограниченной площади опоры. Развивать равновесие. Упражнять в прыжках на двух ногах на месте с поворотом вокруг себя. Закрепить навык активного отталкивания при катании мяча. Воспитывать сочувствие к игровым персонажам.	Познакомить детей с построением в колонну по одному; ходьбой и бегом в колонне по одному. Научить детей двигаться по ограниченной площади опоры. Упражнять в прыжках на двух ногах на месте с поворотом вокруг себя. Закрепить навык активного отталкивания при катании мяча. Развивать равновесие. Воспитывать сочувствие к игровым персонажам.
1-я часть: Вводная часть	Построение в колонну по 1 по зрительной ориентации. Ходьба в колонне по 1 по зрительной ориентации. Бег в колонне по 1 по зрительной ориентации. Ходьба с восстановлением дыхания. Построение в круг	Создание игровой мотивации. Построение в колонну по 1 по зрительной ориентации. Ходьба в колонне по 1 по зрительной ориентации. Бег в колонне по 1 по зрительной ориентации. Ходьба с восстановлением дыхания. Построение в круг
ОРУ	«Поиграем с куклами»	«Поиграем с куклами»
2-я часть: Основные виды движений	3) ходьба по дорожке (шир. 20 см, дл. 2 м) (Катя, Катя маленька, Катенька удаленька, Пройди по дороженьке,	3) ходьба по дорожке (шир. 20 см, дл. 2 м) (Катя, Катя маленька, Катенька удаленька, Пройди по дороженьке, Топни, Катя,

	Топни, Катя, ноженькой) (2раза) 4) прыжки на 2-х ногах на месте вокруг себя (по 2раз. в каждую сторону) катание мяча двумя руками (2-3раза);	ноженькой) (2раза) 4) прыжки на 2-х ногах на месте вокруг себя (по 2раз. в каждую сторону) катание мяча двумя руками (2-3раза);
Подвижная игра	«Солнышко и дождик».	«Солнышко и дождик».
Заключительная часть	Ходьба со взмахами кистями правой и левой рукой — «до свидания!» по 2 раза в каждую сторону	
Ноябрь		
Тема: «В гостях у кукол»		
	20 занятие	21 занятие
Программное содержание	Научить детей прокатывать мяч под дугой. Упражнять в ходьбе по дорожке. Закрепить умение прыгать с поворотом вокруг себя. Развивать меткость, равновесие, координацию движений, ловкость в беге за катящимся мячом.	
1-я часть: Вводная часть	Построение в колонну по 1 по зрительной ориентации. Ходьба в колонне по 1 по зрительной ориентации — «идем в гости к куклам».	Построение в колонну по 1 по зрительной ориентации. Ходьба в колонне по 1 по зрительной ориентации — «идем в гости к куклам».
2-я часть: Основные виды движений	1) прокатывание мяча двумя руками под дугу (расст. 1м) — «покажем куклам, как мы умеем играть с мячом» (2 раза) 2) ходьба по дорожке (двойной шнур) шир.20 см, дл. 2 м; (по 2 раза) прыжки на 2-х ногах на месте вокруг себя - «куколки веселятся» (2раза)	1) прокатывание мяча двумя руками под дугу (расст. 1м) — «покажем куклам, как мы умеем играть с мячом» (2раза); 2) ходьба по дорожке (двойной шнур) шир.20 см, дл. 2 м; (2раза) прыжки на 2-х ногах на месте вокруг себя - «куколки веселятся»(2раза).
Подвижная игра	«Догони скорее мяч».	
Заключительная часть	Ходьба с взмахами кистями правой и левой рукой — «до свидания!». Пальчиковая гимнастика «Ладушки» — развитие мелких движений кисти, чувства ритма: дети выполняют хлопки в ладоши.	
Тема: «В гостях у кукол»		
	22 занятие	23 занятие
Программное содержание	Научить детей прокатывать мяч под дугой. Упражнять в ходьбе по дорожке. Закрепить умение прыгать с поворотом вокруг себя. Развивать меткость, равновесие, координацию движений, ловкость в беге за катящимся мячом.	
1-я часть: Вводная часть	Построение в колонну по 1 по зрительной ориентации. Ходьба в колонне по 1 по зрительной ориентации — «идем в гости к куклам».	Построение в колонну по 1 по зрительной ориентации. Ходьба в колонне по 1 по зрительной ориентации — «идем в гости к куклам».

2-я часть: Основные виды движений	1) прокатывание мяча двумя руками под дугу (расст. 1м) — «покажем куклам, как мы умеем играть с мячом» (2 раза) 3) ходьба по дорожке (двойной шнур) шир.20 см, дл. 2 м; (по 2 раза) прыжки на 2-х ногах на месте вокруг себя - «куколki веселятся» (2раза)	1) прокатывание мяча двумя руками под дугу (расст. 1м) — «покажем куклам, как мы умеем играть с мячом» (2раза); 3) ходьба по дорожке (двойной шнур) шир.20 см, дл. 2 м; (2раза) прыжки на 2-х ногах на месте вокруг себя - «куколki веселятся»(2раза).
Подвижная игра	«Догони скорее мяч».	
Заключительная часть	Ходьба с взмахами кистями правой и левой рукой — «до свидания!». Пальчиковая гимнастика «Ладушки» — развитие мелких движений кисти, чувства ритма: дети выполняют хлопки в ладоши.	
Тема: «Пойдем в гости к зверятам»		
	24 занятие	25 занятие
Программное содержание	Формировать умение ходить с предметом по дорожке. Научить детей ползать за катящимся предметом. Упражнять в прокатывании мяча под дугу. Способствовать развитию творческого воображения. Воспитывать интерес к творческой деятельности.	
1-я часть: Вводная часть	Построение в колонну по 1 по зрительной ориентации. Раздать игрушки-зверят. Ходьба в колонне по 1 по дорожке — «идем в гости к зверятам».	Построение в колонну по 1 по зрительной ориентации. Раздать игрушки-зверят. Ходьба в колонне по 1 по дорожке — «идем в гости к зверятам».
ОРУ	Упражнения со «зверятами»	
2-я часть: Основные виды движений	1) ползание на средних четвереньках за едущей машиной, на которую поставлена игрушка (по 2 раза); 2) прокатывание мяча двумя руками под дугу в парах (расст. 1 м) (4-5 раз)	1) ползание на средних четвереньках за едущей машиной, на которую поставлена игрушка (по 2 раза); 2) прокатывание мяча двумя руками под дугу в парах (расст. 1 м) (4-5 раз)
Подвижная игра	«В гости к зверятам» — имитация повадок животных. Зайчик — прыжки на 2-х ногах на месте; волк — ходьба с характерными движениями рук; медведь — ходьба на внешней стороне стопы; лисичка — машет «хвостиком».	
Заключительная часть	Игра-медитация «Солнышко»	
Тема: «Пойдем в гости к зверятам»		
	26 занятие	27 занятие
Программное содержание	Формировать умение бегать в колонне, не отставая и не перегоняя товарищей. Научить прыжкам на 2-х ногах с продвижением вперед. Упражнять в ползании за катящимся предметом с ускорением и замедлением темпа. Закрепить навык прокатывания мяча под дугу.	Формировать умение бегать в колонне, не отставая и не перегоняя товарищей. Научить прыжкам на 2-х ногах с продвижением вперед. Упражнять в ползании за катящимся предметом с ускорением и замедлением темпа. Закрепить навык прокатывания мяча под дугу.
1-я часть: Вводная	Построение в колонну по 1. Ходьба в колонне по 1 на	Построение в колонну по 1. Ходьба в колонне по 1 на носках по

часть	носах по зрительной ориентации — «дотянись до флажка». Бег в колонне по зрительному ориентиру.	зрительной ориентации — «дотянись до флажка». Бег в колонне по зрительному ориентиру.
ОРУ	Упражнения со «зверятами»	
2-я часть: Основные виды движений	1) прыжки на 2-х ногах с продвижением вперед: «Прыгай к флажку». На одной стороне зала дети. На противоположной стороне на рас. 2,5-3 м лежат флажки. «Прыг-скок, прыг-скок. Вот он, твой флажок». С окончанием слов малыши поднимают флажки вверх, машут ими. (2 раза) 2) ползание на средних четвереньках за двигающейся машиной, на которую поставлена игрушка (по 2 раза) прокатывание мяча двумя руками под дугу (рас. 1,5м) (4-5 раз)	1) прыжки на 2-х ногах с продвижением вперед: «Прыгай к флажку». (2 раза) 2) ползание на средних четвереньках за двигающейся машиной, на которую поставлена игрушка (по 2 раза) прокатывание мяча двумя руками под дугу (расст. 1,5м) (4-5 раз)
Подвижная игра	«В гости к зверятам»	
Заключительная часть	Игра-медитация «Солнышко»	
Тема: «Воробушки-попрыгунчики»		
	28 занятие	29 занятие
Программное содержание	Научить детей ходьбе по извилистой дорожке. Упражнять в прыжках на двух ногах с продвижением вперед. Закрепить навык ходьбы и бега врассыпную. Способствовать развитию прыгучести. Воспитывать выразительность при выполнении имитационных движений.	Научить детей ходьбе по извилистой дорожке. Упражнять в прыжках на двух ногах с продвижением вперед. Закрепить навык ходьбы и бега врассыпную. Способствовать развитию прыгучести. Воспитывать выразительность при выполнении имитационных движений.
1-я часть: Вводная часть	Построение врассыпную. Ходьба врассыпную — «птички медленно летят».Бег врассыпную «птички летают быстро». Ходьба с восстановлением дыхания — «птички медленно летят».	Построение врассыпную. Ходьба врассыпную — «птички медленно летят».Бег врассыпную «птички летают быстро». Ходьба с восстановлением дыхания — «птички медленно летят».
ОРУ	«Мы, как воробушки»	
2-я часть: Основные виды движений	1) ходьба по извилистой дорожке шир. 25-30 см - выполнять по одной стороне зала (3 раза) 2) прыжки на 2-х ногах с продвижением вперед «воробушки прыгают к своей маме» на расст. 2м — выполнять по другой стороне зала (2 раза)	1) ходьба по извилистой дорожке шир. 25-30 см - выполнять по одной стороне зала (3 раза) 2) прыжки на 2-х ногах с продвижением вперед «воробушки прыгают к своей маме» на расст. 2м — выполнять по другой стороне зала (2 раза)
Подвижная игра	«Воробушки и кот».	
Заключительная часть	Ходьба стайкой с взмахами рук. Построение. Сообщение итогов занятия	

Тема: «Воробушки-попрыгунчики»		
	30 занятие	31 занятие
Программное содержание	Формировать умение бегать в колонне с ускорением и замедлением. Научить детей ползать по доске на средних четвереньках. Упражнять в ходьбе по извилистой дорожке; Закрепить умение прыгать на двух ногах на месте. Развивать равновесие; развивать умение ориентироваться в пространстве.	Формировать умение бегать в колонне с ускорением и замедлением. Научить детей ползать по доске на средних четвереньках. Упражнять в ходьбе по извилистой дорожке; Закрепить умение прыгать на двух ногах на месте. Развивать равновесие; развивать умение ориентироваться в пространстве.
1-я часть: Вводная часть	Построение в шеренгу; колонну. Ходьба в колонне друг за другом с взмахом рук — «птички медленно». Бег в колонне с ускорением и замедлением — «птички летают быстро» Ходьба с восстановлением дыхания — «птички медленно летят».	Построение в шеренгу; колонну. Ходьба в колонне друг за другом с взмахом рук — «птички медленно». Бег в колонне с ускорением и замедлением — «птички летают быстро» Ходьба с восстановлением дыхания — «птички медленно летят».
ОРУ	«Мы как воробушки»	
2-я часть: Основные виды движений	1. ползание по доске, лежащей на полу, на средних четвереньках — «проползи по мостику» — выполнять по одной стороне зала (3 раза); 2. ходьба по извилистой дорожке шир. 25-30 см — выполнять по другой стороне зала (3 раза)	1.ползание по доске, лежащей на полу, на средних четвереньках — «проползи по мостику» — выполнять по одной стороне зала (3 раза); 2. ходьба по извилистой дорожке шир. 25-30 см — выполнять по другой стороне зала (3 раза)
Подвижная игра	«Воробушки и кот»	
Заключительная часть	Ходьба стайкой с взмахами рук. Пальчиковая гимнастика «Игра с пальчиками» Мой мизинчик, где ты был? С безымянным щи варил, С указательным запел. А со средним кашу ел. А большой меня встречал. И конфеткой угощал.	
Тема: «Воробушки-попрыгунчики»		
	32 занятие	
Программное содержание	Формировать умение бегать в колонне с ускорением и замедлением. Научить детей ползать по доске на средних четвереньках. Упражнять в ходьбе по извилистой дорожке; Закрепить умение прыгать на двух ногах на месте. Развивать равновесие; развивать умение ориентироваться в пространстве.	
1-я часть: Вводная часть	Построение в шеренгу; колонну. Ходьба в колонне друг за другом с взмахом рук — «птички медленно».	

	Бег в колонне с ускорением и замедлением — «птички летают быстро» Ходьба с восстановлением дыхания — «птички медленно летят».	
ОРУ	«Мы как воробушки»	
2-я часть: Основные виды движений	ползание по доске, лежащей на полу, на средних четвереньках — «проползи по мостику» — выполнять по одной стороне зала (3 раза)	
Подвижная игра	«Воробушки и кот»	
Заключительная часть	Ходьба стайкой с взмахами рук. Пальчиковая гимнастика «Игра с пальчиками» Мой мизинчик, где ты был? С безымянным щи варил, С указательным запел. А со средним кашу ел. А большой меня встречал. И конфеткой угощал.	
Декабрь		
Тема: «Путешествие в лес на поезде»		
	33 занятие	34 занятие
Программное содержание	Научить детей прокатывать мяч друг другу в парах. Упражнять в ползании на средних четвереньках по доске. Закрепить навык ходьбы по извилистой дорожке. Развивать ловкость, координацию движений. Воспитывать стремление выполнять упражнения совместно с товарищем.	Научить детей прокатывать мяч друг другу в парах. Упражнять в ползании на средних четвереньках по доске. Закрепить навык ходьбы по извилистой дорожке. Развивать ловкость, координацию движений. Воспитывать стремление выполнять упражнения совместно с товарищем.
1-я часть: Вводная часть	Построение в шеренгу; колонну. Ходьба в колонне друг за другом, имитируя езду на поезде. Бег в колонне с ускорением и замедлением. Ходьба с восстановлением дыхания.	Построение в шеренгу; колонну. Ходьба в колонне друг за другом, имитируя езду на поезде. Бег в колонне с ускорением и замедлением. Ходьба с восстановлением дыхания.
ОРУ	«Падают, падают листья»	
2-я часть: Основные виды движений	1.прокатывать мяч друг другу в парах (расст.1-1,5 м) (5-6 раз); 2.ползание по доске, лежащей на полу, на средних четвереньках — «жучки ползут по дорожке» — выполнять по одной стороне зала (3 раза); ходьба по извилистой дорожке шир. 25-30 см — выполнять по другой стороне зала (3 раза).	1.прокатывать мяч друг другу в парах (расст.1-1,5 м) (5-6 раз); 2.ползание по доске, лежащей на полу, на средних четвереньках — «жучки ползут по дорожке» — выполнять по одной стороне зала (3 раза); ходьба по извилистой дорожке шир. 25-30 см — выполнять по другой стороне зала (3 раза).
Подвижная игра	«Лесные жучки»	
Заключительная часть	Психогимнастика «Веселая пчелка»	

Тема: «Путешествие в лес на автобусе»		
	35 занятие	36 занятие
Программное содержание	Формировать навык ходьбы и бега в колонне парами. Научить детей прыгать вверх, с целью достать предмет. Упражнять в прокатывании мяча друг другу в парах. Закрепить умение ползать по доске на четвереньках. Развивать ловкость, координацию движений.	Формировать навык ходьбы и бега в колонне парами. Научить детей прыгать вверх, с целью достать предмет. Упражнять в прокатывании мяча друг другу в парах. Закрепить умение ползать по доске на четвереньках. Развивать ловкость, координацию движений.
1-я часть: Вводная часть	Построение в шеренгу; колонну парами. Ходьба в колонне парами — «поехали в лес на автобусе». Бег в колонне парами — «автобус едет быстро». Ходьба с восстановлением дыхания	Построение в шеренгу; колонну парами. Ходьба в колонне парами — «поехали в лес на автобусе». Бег в колонне парами — «автобус едет быстро». Ходьба с восстановлением дыхания
ОРУ	«Падают, падают листья»	
2-я часть: Основные виды движений	1.прыжок вверх с места — «достань до листочка» (2 раза); 2.прокатывать мяч друг другу в парах (расст.1- 1,5 м) — «катаем мяч вдвоем» (2 раза); ползание по доске, лежащей на полу, на средних четвереньках — «жучки ползут по дорожке» — выполнять по одной стороне зала (2 раза).	1.прыжок вверх с места — «достань до листочка» (2 раза); 2.прокатывать мяч друг другу в парах (расст.1- 1,5 м) — «катаем мяч вдвоем» (2 раза); ползание по доске, лежащей на полу, на средних четвереньках — «жучки ползут по дорожке» — выполнять по одной стороне зала (2 раза).
Подвижная игра	«Лесные жучки»	
Заключительная часть	Психогимнастика «Веселая пчелка»	
Тема: «Курочка с цыплятками»		
	37занятие	38занятие
Программное содержание	Формировать навык ходьбы в парах с высоким подниманием коленей. Научить детей ходить по шнуру прямо. Упражнять в прыжках вверх с места. Закрепить навык катания мяча в парах. Развивать равновесие, быстроту, ловкость.	Формировать навык ходьбы в парах с высоким подниманием коленей. Научить детей ходить по шнуру прямо. Упражнять в прыжках вверх с места. Закрепить навык катания мяча в парах. Развивать равновесие, быстроту, ловкость.
1-я часть: Вводная часть	Построение в колонну парами. Ходьба в колонне парами с высоким подниманием коленей. Бег в колонне парами; бег врассыпную. Ходьба с восстановлением дыхания. Построение в круг.	Построение в колонну парами. Ходьба в колонне парами с высоким подниманием коленей. Бег в колонне парами; бег врассыпную. Ходьба с восстановлением дыхания. Построение в круг.
ОРУ	«Пушистые цыплята»	
2-я часть: Основные	1.ходьба по шнуру по прямой - «цыплята ходят по	1.ходьба по шнуру по прямой - «цыплята ходят по жердочке» (3

виды движений	жердочке» (3 раза); 2.прыжки вверх с места с целью достать листочек (3 раза); 3.прокатывание мяча в парах (расст.1,5 м) (5-6 раз)	раза); 2.прыжки вверх с места с целью достать листочек (3 раза); 3.прокатывание мяча в парах (расст.1,5 м) (5-6 раз)
Подвижная игра	«Цыплята и кот»	
Заключительная часть	Упражнение «Поза спящей кошки»	
Тема: «Курочка с цыплятками»		
	39 занятие	40 занятие
Программное содержание	Научить детей подползать под препятствие. Упражнять в ходьбе по шнуру. Закрепить навык энергичного отталкивания в прыжках вверх с места. Развивать ловкость, быстроту, прыгучесть. Воспитывать у детей интерес к двигательной деятельности.	Научить детей подползать под препятствие. Упражнять в ходьбе по шнуру. Закрепить навык энергичного отталкивания в прыжках вверх с места. Развивать ловкость, быстроту, прыгучесть. Воспитывать у детей интерес к двигательной деятельности.
1-я часть: Вводная часть	Построение в шеренгу; перестроение в пары, стоя на месте. Ходьба парами с высоким подниманием коленей и взмахами рук. Бег в колонне парами; бег врассыпную по одному. Ходьба с восстановлением дыхания. Построение в круг.	Построение в шеренгу; перестроение в пары, стоя на месте. Ходьба парами с высоким подниманием коленей и взмахами рук. Бег в колонне парами; бег врассыпную по одному. Ходьба с восстановлением дыхания. Построение в круг.
ОРУ	«Пушистые цыплята»	
2-я часть: Основные виды движений	1.подползание на четвереньках под шнур - «не задень». (3 раза) Дети от линии на четвереньках, подползают под веревку (2м до нее) (выс.30-40см), ползут к скамейке (1-2м до нее), встают, ленточками, машут над головой; 2.ходьба по шнуру по прямой; по кругу - «не упади»(3 раза) 3.прыжки вверх с места — «допрыгни до бабочки» Дети в кругу допрыгивают до «бабочки», подвешенной к палочке над головой (3-4 раза)	1.подползание на четвереньках под шнур - «не задень». (3 раза) Дети от линии на четвереньках, подползают под веревку (2м до нее) (выс.30-40см), ползут к скамейке (1-2м до нее), встают, ленточками, машут над головой; 2.ходьба по шнуру по прямой; по кругу - «не упади» (3 раза) 3.прыжки вверх с места — «допрыгни до бабочки» Дети в кругу допрыгивают до «бабочки», подвешенной к палочке над головой (3-4 раза)
Подвижная игра	«Цыплята и кот»	
Заключительная часть	Упражнение «Поза спящей кошки»	
Тема: «Курочка с цыплятками»		
	41 занятие	42 занятие
Программное содержание	Научить детей подползать под препятствие. Упражнять в ходьбе по шнуру. Закрепить навык энергичного отталкивания в прыжках вверх с места. Развивать ловкость, быстроту, прыгучесть. Воспитывать у детей	Научить детей подползать под препятствие. Упражнять в ходьбе по шнуру. Закрепить навык энергичного отталкивания в прыжках вверх с места. Развивать ловкость, быстроту, прыгучесть. Воспитывать у детей интерес к двигательной деятельности.

	интерес к двигательной деятельности.	
1-я часть: Вводная часть	Построение в шеренгу; перестроение в пары, стоя на месте. Ходьба парами с высоким подниманием коленей и взмахами рук. Бег в колонне парами; бег врассыпную по одному. Ходьба с восстановлением дыхания. Построение в круг.	Построение в шеренгу; перестроение в пары, стоя на месте. Ходьба парами с высоким подниманием коленей и взмахами рук. Бег в колонне парами; бег врассыпную по одному. Ходьба с восстановлением дыхания. Построение в круг.
ОРУ	«Пушистые цыплята»	
2-я часть: Основные виды движений	1.подползание на четвереньках под шнур - «не задень». (3 раза) Дети от линии на четвереньках, подползают под веревку (2м до нее) (выс.30-40см), ползут к скамейке (1-2м до нее), встают, ленточками, машут над головой; 2.ходьба по шнуру по прямой; по кругу - «не упади»(3 раза) 3.прыжки вверх с места — «допрыгни до бабочки» Дети в кругу допрыгивают до «бабочки», подвешенной к палочке над головой (3-4 раза)	1.подползание на четвереньках под шнур - «не задень». (3 раза) Дети от линии на четвереньках, подползают под веревку (2м до нее) (выс.30-40см), ползут к скамейке (1-2м до нее), встают, ленточками, машут над головой; 2.ходьба по шнуру по прямой; по кругу - «не упади» (3 раза) 3.прыжки вверх с места — «допрыгни до бабочки» Дети в кругу допрыгивают до «бабочки», подвешенной к палочке над головой (3-4 раза)
Подвижная игра	«Цыплята и кот»	
Заключительная часть	Упражнение «Поза спящей кошки»	
Тема: «Цирк»		
	43 занятие	44 занятие
Программное содержание	Формировать навык ходьбы и бега по кругу, взявшись за руки. Научить детей бросать мяч вперед снизу. Упражнять в подползании под препятствие на четвереньках. Закрепить навык ходьбы по шнуру. Развивать равновесие, ловкость. Воспитывать внимательность и умение действовать совместно.	Формировать навык ходьбы и бега по кругу, взявшись за руки. Научить детей бросать мяч вперед снизу. Упражнять в подползании под препятствие на четвереньках. Закрепить навык ходьбы по шнуру. Развивать равновесие, ловкость. Воспитывать внимательность и умение действовать совместно.
1-я часть: Вводная часть	Построение в шеренгу; равнение по линии, поворот в колонну друг за другом; Ходьба в колонне по кругу, взявшись за руки; со сменой направления по сигналу; Бег по кругу, взявшись за руки; со сменой направления по сигналу; Построение в круг.	Построение в шеренгу; равнение по линии, поворот в колонну друг за другом; Ходьба в колонне по кругу, взявшись за руки; со сменой направления по сигналу; Бег по кругу, взявшись за руки; со сменой направления по сигналу; Построение в круг.
ОРУ	«Веселые Петрушки»	
2-я часть: Основные виды движений	1.броски мяча вперед из положения снизу - «Брось через веревку» (3 раза);	1.броски мяча вперед из положения снизу - «Брось через веревку» (3 раза);

	2.ползание под шнур на четвереньках за мячом (3раза); 3.ходьба по шнуру, положенному волнообразно (3раза).	2.ползание под шнур на четвереньках за мячом (3раза); 3.ходьба по шнуру, положенному волнообразно (3раза).
Подвижная игра	«Лошадки»	
Заключительная часть	Ходьба с восстановлением дыхания — «надуем шарики»	
Тема: «В гости к цыпляткам»		
	45 занятие	
Программное содержание	Формировать навык ходьбы в парах с высоким подниманием коленей. Научить детей ходить по шнуру прямо. Упражнять в прыжках вверх с места. Закрепить навык катания мяча в парах. Развивать равновесие, быстроту, ловкость.	
1-я часть: Вводная часть	Построение в колонну парами. Ходьба в колонне парами с высоким подниманием коленей. Бег в колонне парами; бег врассыпную. Ходьба с восстановлением дыхания. Построение в круг.	
ОРУ	«Пушистые цыплята»	
2-я часть: Основные виды движений	1.ходьба по шнуру по прямой - «цыплята ходят по жердочке» (3 раза); 2.прыжки вверх с места с целью достать листочек (3 раза); 3.прокатывание мяча в парах (расст.1,5 м) (5-6 раз)	
Подвижная игра	«Цыплята и кот»	
Заключительная часть	Упражнение «Поза спящей кошки»	
Январь		
Тема: «Цирк»		
	46 занятие	47 занятие
Программное содержание	Формировать навык ходьбы и бега по кругу, взявшись за руки. Научить детей бросать мяч вперед снизу. Упражнять в подползании под препятствие на четвереньках. Закрепить навык ходьбы по шнуру. Развивать равновесие, ловкость. Воспитывать внимательность и умение действовать совместно.	Формировать навык ходьбы и бега по кругу, взявшись за руки. Научить детей бросать мяч вперед снизу. Упражнять в подползании под препятствие на четвереньках. Закрепить навык ходьбы по шнуру. Развивать равновесие, ловкость. Воспитывать внимательность и умение действовать совместно.

1-я часть: Вводная часть	Построение в шеренгу; равнение по линии, поворот в колонну друг за другом; Ходьба в колонне по кругу, взявшись за руки; со сменой направления по сигналу; Бег по кругу, взявшись за руки; со сменой направления по сигналу; Построение в круг.	Построение в шеренгу; равнение по линии, поворот в колонну друг за другом; Ходьба в колонне по кругу, взявшись за руки; со сменой направления по сигналу; Бег по кругу, взявшись за руки; со сменой направления по сигналу; Построение в круг.
ОРУ	«Веселые Петрушки»	
2-я часть: Основные виды движений	1.броски мяча вперед из положения снизу - «Брось через веревку» (3 раза); 2.ползание под шнур на четвереньках за мячом (3раза); 3.ходьба по шнуру, положенному волнообразно (3раза).	1.броски мяча вперед из положения снизу - «Брось через веревку» (3 раза); 2.ползание под шнур на четвереньках за мячом (3раза); 3.ходьба по шнуру, положенному волнообразно (3раза).
Подвижная игра	«Лошадки»	
Заключительная часть	Ходьба с восстановлением дыхания — «надует шарики»	
Тема: «Цирк»		
	48 занятие	49 занятие
Программное содержание	Научить детей прыгивать со скамейки, добываясь мягкого приземления. Упражнять детей в бросках мяча вперед снизу. Закрепить навык ползания под препятствие. Развивать координацию движений, ловкость.	Научить детей прыгивать со скамейки, добываясь мягкого приземления. Упражнять детей в бросках мяча вперед снизу. Закрепить навык ползания под препятствие. Развивать координацию движений, ловкость.
1-я часть: Вводная часть	Построение в шеренгу; равнение по линии, поворот в колонну друг за другом.Ходьба в колонне по кругу, взявшись за руки; со сменой направления по сигналу. Бег по кругу, взявшись за руки; со сменой направления по сигналу. Построение в круг.	Построение в шеренгу; равнение по линии, поворот в колонну друг за другом.Ходьба в колонне по кругу, взявшись за руки; со сменой направления по сигналу. Бег по кругу, взявшись за руки; со сменой направления по сигналу. Построение в круг.
ОРУ	«Веселые Петрушки»	
2-я часть: Основные виды движений	1.спрыгивание со скамейки (выс. 10см) - «спрыгни тихо»; (по 2-3 раза) 2.броски мяча вперед из положения снизу через шнур (выс. 30-40 см) (по 3 раза) 3.ползание под шнур на четвереньках за мячом (по 3 раза).	1.спрыгивание со скамейки (выс. 10см) - «спрыгни тихо»; (по 2-3 раза) 2.броски мяча вперед из положения снизу через шнур (выс. 30-40 см) (по 3 раза) 3.ползание под шнур на четвереньках за мячом (по 3 раза).
Подвижная игра	«Лошадки»	
Заключительная часть	Упражнение «Кошечка встретила собачку»	
Тема: «В магазин игрушек на автомобиле»		
	50 занятие	51 занятие
Программное	Научить детей перешагивать через препятствия.	Научить детей перешагивать через препятствия. Упражнять детей

содержание	Упражнять детей в прыгивании с высоты; Закрепить навык броска мяча вперед снизу; Развивать равновесие, ловкость; Воспитывать выносливость.	в прыгивании с высоты; Закрепить навык броска мяча вперед снизу; Развивать равновесие, ловкость; Воспитывать выносливость.
1-я часть: Вводная часть	Построение в шеренгу; равнение по зрительным ориентирам с поворотом в колонну друг за другом. Ходьба в колонне по 1 . Бег в колонне по 1 в медленном темпе. Ходьба с восстановлением дыхания. Построение в круг.	Построение в шеренгу; равнение по зрительным ориентирам с поворотом в колонну друг за другом. Ходьба в колонне по 1 . Бег в колонне по 1 в медленном темпе. Ходьба с восстановлением дыхания. Построение в круг.
ОРУ	«Веселые Петрушки» с платочками	
2-я часть: Основные виды движений	1.перешагивание через кирпичики (выс. 10-15 см) — «поднимай ноги выше» (3 раза); 2.прыгивание со скамейки (выс. 15 см) — «спрыгни тихо» (2 раза); 3.броски мяча вперед из положения снизу — «брось дальше» (2 раза).	1.перешагивание через кирпичики (выс. 10-15 см) — «поднимай ноги выше» (3 раза); 2.прыгивание со скамейки (выс. 15 см) — «спрыгни тихо» (2 раза); 3.броски мяча вперед из положения снизу — «брось дальше» (2 раза).
Подвижная игра	«Автомобиль»	
Заключительная часть	Ходьба (имитация езды на автомобиле) в колонне друг за другом — «едем домой».	
Тема: «В магазин игрушек на самолете»		
	52 занятие	53 занятие
Программное содержание	Научить детей проползать между ножками стула. Упражнять в перешагивании через препятствие. Закрепить навык мягкого прыгивания с высоты. Развивать ловкость, равновесие.	Научить детей проползать между ножками стула. Упражнять в перешагивании через препятствие. Закрепить навык мягкого прыгивания с высоты. Развивать ловкость, равновесие.
1-я часть: Вводная часть	Построение в шеренгу; равнение по зрительным ориентирам с поворотом в колонну друг за другом. Ходьба в колонне по 1с ускорением и замедлением — «самолеты летят».	Построение в шеренгу; равнение по зрительным ориентирам с поворотом в колонну друг за другом. Ходьба в колонне по 1с ускорением и замедлением — «самолеты летят».
2-я часть: Основные виды движений	1.проползти под дугой произвольным способом — «как мышки в норку» (2 раза); 2.перешагивание через 6-7 кирпичиков (выс. 10-15 см) — «поднимай ноги выше» (2 раза); 3.прыгивание со скамейки (выс. 15 см) — «спрыгни тихо» (2 раза).	1.проползти под дугой произвольным способом — «как мышки в норку» (2 раза); 2.перешагивание через 6-7 кирпичиков (выс. 10-15 см) — «поднимай ноги выше» (2 раза); 3.прыгивание со скамейки (выс. 15 см) — «спрыгни тихо» (2 раза).
Подвижная игра	«Самолеты»	
Заключительная часть	1. Ходьба (имитация полета самолета) — «летим домой». 2. Пальчиковая гимнастика	

Тема: «Мой веселый звонкий мяч»		
	54 занятие	55занятие
Программное содержание	Формировать у детей навык ходьбы и бега с остановкой по сигналу. Научить детей бросать мяч от груди. Упражнять в ползании между ножками стула. Закрепить навык перешагивания через препятствия. Развивать ловкость.	Формировать у детей навык ходьбы и бега с остановкой по сигналу. Научить детей бросать мяч от груди. Упражнять в ползании между ножками стула. Закрепить навык перешагивания через препятствия. Развивать ловкость.
1-я часть: Вводная часть	Построение в шеренгу. Ходьба в колонне по 1с остановкой по команде. Бег в колонне по 1 с остановкой по команде. Ходьба с восстановлением дыхания. Построение в круг.	Построение в шеренгу. Ходьба в колонне по 1с остановкой по команде. Бег в колонне по 1 с остановкой по команде. Ходьба с восстановлением дыхания. Построение в круг.
ОРУ	Комплекс с мячом большого диаметра	
2-я часть: Основные виды движений	1.броски мяча от груди чрез веревку, натянутую на уровне головы детей + бег за мячом — «Брось и догони» (2 раза); 2.проползти между ножками стула (выполнять по одной стороне зала) (2 раза); 3.перешагивание через кирпичики (вые. 10-15 см) — «поднимай ноги выше» - выполнять по другой стороне зала (3 раза);	1.броски мяча от груди чрез веревку, натянутую на уровне головы детей + бег за мячом — «Брось и догони» (2 раза); 2.проползти между ножками стула (выполнять по одной стороне зала) (2 раза); 3.перешагивание через кирпичики (вые. 10-15 см) — «поднимай ноги выше» - выполнять по другой стороне зала (3 раза);
Подвижная игра	«Мой веселый звонкий мяч»	
Заключительная часть	Ходьба с восстановлением дыхания — «надуем шарик».	
Февраль		
Тема: «Мой веселый звонкий мяч»		
	56 занятие	57 занятие
Программное содержание	Научить детей выполнять активное отталкивание в прыжках через палочку. Упражнять в бросках мяча от груди. Закрепить умение проползать под препятствием. Развивать ловкость, прыгучесть, координацию движений.	Научить детей выполнять активное отталкивание в прыжках через палочку. Упражнять в бросках мяча от груди. Закрепить умение проползать под препятствием. Развивать ловкость, прыгучесть, координацию движений.
1-я часть: Вводная часть	Построение в шеренгу. Ходьба в колонне по 1 с остановкой по команде. Бег в колонне по 1 с остановкой по команде. Ходьба с восстановлением дыхания. Построение в круг.	Построение в шеренгу. Ходьба в колонне по 1 с остановкой по команде. Бег в колонне по 1 с остановкой по команде. Ходьба с восстановлением дыхания. Построение в круг.
ОРУ	Комплекс № 6 с мячом большого диаметра.	
2-я часть: Основные виды движений	1.прыжки — «Прыгни через палочку» (3 раза). 2.броски мяча от груди +бег за мячом — «Брось и	1.прыжки — «Прыгни через палочку» (3 раза). 2.броски мяча от груди +бег за мячом — «Брось и догони» (3

	догони» (3 раза); 3.проползти сквозь обруч, поставленный вертикально — «Через обруч к ленточке» (3 раза).	раза); 3.проползти сквозь обруч, поставленный вертикально — «Через обруч к ленточке» (3 раза).
Подвижная игра	«Мой веселый звонкий мяч»	
Заключительная часть	Психогимнастика «Шалтай - болтай»	
Тема: «Мыши и кот Васька»		
	58 занятие	59 занятие
Программное содержание	Научить детей ходьбе из обруча в обруч. Упражнять в прыжках через шнур, уделяя внимание мягкому приземлению. Закрепить навык броска мяча от груди. Познакомить детей с выполнением упражнений в роли. Развивать равновесие, ловкость; быстроту, выразительность имитационных движений	Научить детей ходьбе из обруча в обруч. Упражнять в прыжках через шнур, уделяя внимание мягкому приземлению. Закрепить навык броска мяча от груди. Познакомить детей с выполнением упражнений в роли. Развивать равновесие, ловкость; быстроту, выразительность имитационных движений
1-я часть: Вводная часть	Построение в шеренгу. Перестроение в колонну по 1. Ходьба врассыпную на носках — «как мышки» Бег врассыпную на носках. Ходьба с восстановлением дыхания. Построение в круг.	Построение в шеренгу. Перестроение в колонну по 1. Ходьба врассыпную на носках — «как мышки» Бег врассыпную на носках. Ходьба с восстановлением дыхания. Построение в круг.
ОРУ	«Мышки»	
2-я часть: Основные виды движений	1.ходьба из обруча в обруч (3-4 шт.) — выполнять по одной стороне зала (3 раза); 2.прыжки через ленту, лежащую на полу - выполнять по другой стороне зала (3 раза); 3.броски мяча от груди +бег за мячом — «Брось и догони» (3 раза).	1.ходьба из обруча в обруч (3-4 шт.) — выполнять по одной стороне зала (3 раза); 2.прыжки через ленту, лежащую на полу - выполнять по другой стороне зала (3 раза); 3.броски мяча от груди +бег за мячом — «Брось и догони» (3 раза).
Подвижная игра	«Кот и мыши»	
Заключительная часть	Упражнение «Поза кошки»	
Тема: «Мыши и кот Васька»		
	60 занятие	61 занятие
Программное содержание	Научить детей перелезать через скамейку боком. Упражнять в ходьбе из обруча в обруч. Закрепить навык прыжка в длину с места, уделяя внимание взмаху руками при отталкивании. Развивать ловкость; координацию движений; выразительность имитационных движений.	Научить детей перелезать через скамейку боком. Упражнять в ходьбе из обруча в обруч. Закрепить навык прыжка в длину с места, уделяя внимание взмаху руками при отталкивании. Развивать ловкость; координацию движений; выразительность имитационных движений.
1-я часть: Вводная	Построение в шеренгу. Перестроение в колонну по 1.	Построение в шеренгу. Перестроение в колонну по 1. Ходьба

часть	Ходьба врассыпную на носках — «как мышки».Бег врассыпную на носках.Ходьба с восстановлением дыхания. Построение в круг.	врассыпную на носках — «как мышки».Бег врассыпную на носках.Ходьба с восстановлением дыхания. Построение в круг.
ОРУ	«Мышки»	
2-я часть: Основные виды движений	1.перелезание через скамейку боком. 2 раза 2.ходьба из обруча в обруч (3-4 шт.) 2 раза 3.прыжки в длину с места расст. 10-30 см — «прыгни через ручеек» — выполнять фронтально. 4раза	1.перелезание через скамейку боком. 2 раза 2.ходьба из обруча в обруч (3-4 шт.) 2 раза 3.прыжки в длину с места расст. 10-30 см — «прыгни через ручеек» — выполнять фронтально. 4раза
Подвижная игра	«Кот и мыши»	
Заключительная часть	Ходьба на носках (1круг)	
Тема: «Мыши и кот Васька»		
	62 занятие	63 занятие
Программное содержание	Научить детей перелезать через скамейку боком. Упражнять в ходьбе из обруча в обруч. Закрепить навык прыжка в длину с места, уделяя внимание взмаху руками при отталкивании. Развивать ловкость; координацию движений; выразительность имитационных движений.	Научить детей перелезать через скамейку боком. Упражнять в ходьбе из обруча в обруч. Закрепить навык прыжка в длину с места, уделяя внимание взмаху руками при отталкивании. Развивать ловкость; координацию движений; выразительность имитационных движений.
1-я часть: Вводная часть	Построение в шеренгу. Перестроение в колонну по 1. Ходьба врассыпную на носках — «как мышки».Бег врассыпную на носках.Ходьба с восстановлением дыхания. Построение в круг.	Построение в шеренгу. Перестроение в колонну по 1. Ходьба врассыпную на носках — «как мышки».Бег врассыпную на носках. Ходьба с восстановлением дыхания. Построение в круг.
ОРУ	«Мышки»	
2-я часть: Основные виды движений	1.перелезание через скамейку боком. 2 раза 2.ходьба из обруча в обруч (3-4 шт.) 2 раза 3.прыжки в длину с места расст. 10-30 см — «прыгни через ручеек» — выполнять фронтально. 4раза	1.перелезание через скамейку боком. 2 раза 2.ходьба из обруча в обруч (3-4 шт.) 2 раза 3.прыжки в длину с места расст. 10-30 см — «прыгни через ручеек» — выполнять фронтально. 4раза
Подвижная игра	«Кот и мыши»	
Заключительная часть	Ходьба на носках (1круг)	
Тема: «В гости к Колобку»		
	64 занятие	65 занятие
Программное содержание	Познакомить детей с выполнением имитационных движений по сюжету сказки. Научить бросать мяч из-за головы двумя руками. Упражнять в перелезании через скамейку. Закрепить навык ходьбы из обруча в обруч. Закрепить умение бегать с ускорением и замедлением.	Познакомить детей с выполнением имитационных движений по сюжету сказки. Научить бросать мяч из-за головы двумя руками. Упражнять в перелезании через скамейку. Закрепить навык ходьбы из обруча в обруч. Закрепить умение бегать с ускорением и замедлением. Развивать выносливость.

	Развивать выносливость.	
1-я часть: Вводная часть	Построение в шеренгу. Перестроение в колонну по 1. Ходьба:- на носках — «по кочкам»; - высоко поднимая колени — «по высокой траве»; - перешагивая препятствия — «через пни и коряги». Бег:- по кругу;- с ускорением и замедлением темпа. Ходьба с восстановлением дыхания. Построение в круг	Построение в шеренгу. Перестроение в колонну по 1. Ходьба:- на носках — «по кочкам»; - высоко поднимая колени — «по высокой траве»; - перешагивая препятствия — «через пни и коряги». Бег:- по кругу;- с ускорением и замедлением темпа. Ходьба с восстановлением дыхания. Построение в круг
ОРУ	Разминка-имитация движений животных	
2-я часть: Основные виды движений	1.броски мяча из-за головы двумя руками (4 раза); 2.перелезание через скамейку боком (2 раза) ходьба из обруча в обруч (3-4 шт.)(2 раза)	1.броски мяча из-за головы двумя руками (4 раза); 2.перелезание через скамейку боком (2 раза) ходьба из обруча в обруч (3-4 шт.)(2 раза)
Подвижная игра	«Волшебная дудочка»	
Заключительная часть	Игра «Покачай малышку»	
Тема: «Путешествие с Колобком»		
	66 занятие	
Программное содержание	Познакомить детей с выполнением имитационных движений по сюжету сказки. Научить бросать мяч из-за головы двумя руками. Упражнять в перелезании через скамейку. Закрепить навык ходьбы из обруча в обруч. Закрепить умение бегать с ускорением и замедлением. Развивать выносливость.	
1-я часть: Вводная часть	Построение в шеренгу. Перестроение в колонну по 1. Ходьба:- на носках — «по кочкам»; - высоко поднимая колени — «по высокой траве»; - перешагивая препятствия — «через пни и коряги». Бег:- по кругу;- с ускорением и замедлением темпа. Ходьба с восстановлением дыхания.	
ОРУ	Разминка-имитация движений животных	
2-я часть: Основные виды движений	1.броски мяча из-за головы двумя руками (4 раза); 2.перелезание через скамейку боком (2 раза) ходьба из обруча в обруч (3-4 шт.)(2 раза)	
Подвижная игра	«Лесные жучки»	
Заключительная часть	Психогимнастика «Остров плакс»	
Март		

Тема: «Кого встретил Колобок»		
	67 занятие	68 занятие
Программное содержание	Познакомить детей с выполнением упражнений в условиях воображаемой ситуации. Научить прыгать на 2-х ногах с продвижением вперед. Упражнять в бросках мяча из-за головы. Закрепить умение перелезть через бревно. Развивать равновесие. Способствовать развитию мышления и творческого воображения.	Познакомить детей с выполнением упражнений в условиях воображаемой ситуации. Научить прыгать на 2-х ногах с продвижением вперед. Упражнять в бросках мяча из-за головы. Закрепить умение перелезть через бревно. Развивать равновесие. Способствовать развитию мышления и творческого воображения.
1-я часть: Вводная часть	Свободное построение. Дети отгадывают загадки о животных и изображают их: 1.«Прыг-скок, Прыг- скок, Длинноушка — Белый бок» (Заяц); 2. «Кто зимой холодной. Бродит в лесу голодный?» (Волк); 3. «Он в дупло засунул лапу. И давай рычать, реветь. Ох, какой же ты сластена, косялапенький... (Медведь)!» 4. «Хвост пушистый, шерсть ярка, И коварна, и хитра. Знают звери все в лесу Яркоязыкую... (Лису)».	Свободное построение. Дети отгадывают загадки о животных и изображают их: 1.«Прыг-скок, Прыг- скок, Длинноушка — Белый бок» (Заяц); 2. «Кто зимой холодной. Бродит в лесу голодный?» (Волк); 3. «Он в дупло засунул лапу. И давай рычать, реветь. Ох, какой же ты сластена, косялапенький... (Медведь)!» 4. «Хвост пушистый, шерсть ярка, И коварна, и хитра. Знают звери все в лесу Яркоязыкую... (Лису)».
2-я часть: Основные виды движений	1.прыжки на 2-х ногах с продвижением вперед до 2м — выполнять фронтально (2 раза) 2.броски мяча из-за головы выполнять фронтально (2раза); 3.перелезание через скамейку — выполнять двумя звеньями (2 раза).	1.прыжки на 2-х ногах с продвижением вперед до 2м — выполнять фронтально (2 раза) 2.броски мяча из-за головы выполнять фронтально (2 раза); 3.перелезание через скамейку — выполнять двумя звеньями (2 раза).
Подвижная игра	«Волшебная дудочка»	
Заключительная часть	Игра «Покачай малышку»	
Тема: «Прыгай, как мячик»		
	69 занятие	70занятие
Программное содержание	Научить детей ходьбе из обруча в обруч с предметом в руках. Упражнять в прыжках на двух ногах с продвижением вперед. Закрепить навык активного толчка при броске мяча из-за головы двумя руками. Упражнять в ходьбе по кругу, взявшись за руки; Развивать скоростно-силовые качества, ловкость, точность движений.	Научить детей ходьбе из обруча в обруч с предметом в руках. Упражнять в прыжках на двух ногах с продвижением вперед. Закрепить навык активного толчка при броске мяча из-за головы двумя руками. Упражнять в ходьбе по кругу, взявшись за руки; Развивать скоростно-силовые качества, ловкость, точность движений.
1-я часть: Вводная часть	Построение в шеренгу. Перестроение в круг. Ходьба и бег по кругу, взявшись за руки (со сменой направления по команде). Ходьба с восстановлением дыхания. Построение в круг.	Построение в шеренгу. Перестроение в круг. Ходьба и бег по кругу, взявшись за руки (со сменой направления по команде). Ходьба с восстановлением дыхания. Построение в круг.

ОРУ	Комплекс с мячами	
2-я часть: Основные виды движений	1.ходьба из обруча в обруч с мячом в руках (по одной стороне зала) (2 раза); 2.прыжки на 2-х ногах с мячом в руках на расст. до 2-х м (по другой стороне зала) (2раза); 3.броски мяча из-за головы двумя руками — Игра «Брось и догони» (3-4 раза).	1.ходьба из обруча в обруч с мячом в руках (по одной стороне зала) (2 раза); 2.прыжки на 2-х ногах с мячом в руках на расст. до 2-х м (по другой стороне зала) (2раза); 3.броски мяча из-за головы двумя руками — Игра «Брось и догони» (3-4 раза).
Заключительная часть	Упражнение «Левушка»	
Тема: «Прыгай, как мячик»		
	71 занятие	72 занятие
Программное содержание	Научить детей подтягиваться по скамейке, лежа на животе. Упражнять в ходьбе из обруча в обруч с мячом в руках. Закрепить навык мягко пружинить ноги в прыжках с продвижением вперед. Закрепить навык ходьбы и бега по кругу, взявшись за руки. Воспитывать интерес к упражнениям с мячом.	Научить детей подтягиваться по скамейке, лежа на животе. Упражнять в ходьбе из обруча в обруч с мячом в руках. Закрепить навык мягко пружинить ноги в прыжках с продвижением вперед. Закрепить навык ходьбы и бега по кругу, взявшись за руки. Воспитывать интерес к упражнениям с мячом.
1-я часть: Вводная часть	Построение в шеренгу. Перестроение в круг. Ходьба и бег по кругу, взявшись за руки (со сменой направления по команде). Ходьба с восстановлением дыхания. Построение в круг	Построение в шеренгу. Перестроение в круг. Ходьба и бег по кругу, взявшись за руки (со сменой направления по команде). Ходьба с восстановлением дыхания. Построение в круг
ОРУ	Комплекс с мячами	
2-я часть: Основные виды движений	1.подтягивание на скамейке, лежа на животе - выполнять двумя звеньями на 2-х скамейках (2раза); 2.ходьба из обруча в обруч с мячом в руках (по одной стороне зала); 3.прыжки на 2-х ногах с мячом в руках на рас до 2-х м (по другой стороне зала); (по 2 раза)	1.подтягивание на скамейке, лежа на животе - выполнять двумя звеньями на 2-х скамейках (2раза); 2.ходьба из обруча в обруч с мячом в руках (по одной стороне зала); 3.прыжки на 2-х ногах с мячом в руках на рас до 2-х м (по другой стороне зала); (по 2 раза)
Подвижная игра	«Пузырь»	
Заключительная часть	Психогимнастика «Веселая пчелка»	
Тема: «У солнышка в гостях»		
	73 занятие	74 занятие
Программное содержание	Формировать умение ходить по наклонной поверхности. Научить детей ловле мяча. Упражнять в подтягивании на скамейке. Закрепить умение ходить из обруча в обруч. Развивать силу рук, равновесие, ловкость.	Формировать умение ходить по наклонной поверхности. Научить детей ловле мяча. Упражнять в подтягивании на скамейке. Закрепить умение ходить из обруча в обруч. Развивать силу рук, равновесие, ловкость.

1-я часть: Вводная часть	Построение в колонну; перестроение в шеренгу и наоборот.Ходьба по наклонной и горизонтальной поверхности, перешагивая «камешки», «канавки».Бег с ускорением и замедлением темпа. Ходьба с восстановлением дыхания.	Построение в колонну; перестроение в шеренгу и наоборот. Ходьба по наклонной и горизонтальной поверхности, перешагивая «камешки», «канавки».Бег с ускорением и замедлением темпа. Ходьба с восстановлением дыхания.
2-я часть: Основные виды движений	1.ловля мяча, брошенного ребенку с рас. 50 см; 2.подтягивание на скамейке, лежа на животе - выполнять по одной стороне зала. 3. из обруча в обруч, руки за головой — выполнять по другой стороне зала; (все выполнить по 3 раза)	1.ловля мяча, брошенного ребенку с рас. 50 см; 2.подтягивание на скамейке, лежа на животе - выполнять по одной стороне зала. 3.ходьба из обруча в обруч, руки за головой — выполнять по другой стороне зала; (все выполнить по 3 раза)
Подвижная игра	«Поезд»	
Заключительная часть	Психогимнастика «Веселая пчелка»	
Тема: «У солнышка в гостях»		
	75 занятие	76 занятие
Программное содержание	Формировать умение ходить по наклонной поверхности. Научить детей ловле мяча. Упражнять в подтягивании на скамейке. Закрепить умение ходить из обруча в обруч. Развивать силу рук, равновесие, ловкость.	Формировать умение ходить по наклонной поверхности. Научить детей ловле мяча. Упражнять в подтягивании на скамейке. Закрепить умение ходить из обруча в обруч. Развивать силу рук, равновесие, ловкость.
1-я часть: Вводная часть	Построение в колонну; перестроение в шеренгу и наоборот.Ходьба по наклонной и горизонтальной поверхности, перешагивая «камешки», «канавки».Бег с ускорением и замедлением темпа. Ходьба с восстановлением дыхания.	Построение в колонну; перестроение в шеренгу и наоборот. Ходьба по наклонной и горизонтальной поверхности, перешагивая «камешки», «канавки».Бег с ускорением и замедлением темпа. Ходьба с восстановлением дыхания.
2-я часть: Основные виды движений	1.ловля мяча, брошенного ребенку с рас. 50 см; 2.подтягивание на скамейке, лежа на животе - выполнять по одной стороне зала. 3. из обруча в обруч, руки за головой — выполнять по другой стороне зала; (все выполнить по 3 раза)	1.ловля мяча, брошенного ребенку с рас. 50 см; 2.подтягивание на скамейке, лежа на животе - выполнять по одной стороне зала. 3.ходьба из обруча в обруч, руки за головой — выполнять по другой стороне зала; (все выполнить по 3 раза)
Подвижная игра	«Поезд»	
Тема: «У солнышка в гостях»		
	77 занятие	78 занятие
Программное содержание	Формировать умение ходить по наклонной поверхности. Научить детей ловле мяча. Упражнять в подтягивании на скамейке. Закрепить умение ходить из обруча в обруч. Развивать силу рук, равновесие, ловкость.	Формировать умение ходить по наклонной поверхности. Научить детей ловле мяча. Упражнять в подтягивании на скамейке. Закрепить умение ходить из обруча в обруч. Развивать силу рук, равновесие, ловкость.

1-я часть: Вводная часть	Построение в колонну; перестроение в шеренгу и наоборот.Ходьба по наклонной и горизонтальной поверхности, перешагивая «камешки», «канавки».Бег с ускорением и замедлением темпа. Ходьба с восстановлением дыхания.	Построение в колонну; перестроение в шеренгу и наоборот. Ходьба по наклонной и горизонтальной поверхности, перешагивая «камешки», «канавки».Бег с ускорением и замедлением темпа. Ходьба с восстановлением дыхания.
2-я часть: Основные виды движений	1.ловля мяча, брошенного ребенку с рас. 50 см; 2.подтягивание на скамейке, лежа на животе - выполнять по одной стороне зала. 3. из обруча в обруч, руки за головой — выполнять по другой стороне зала; (все выполнить по 3 раза)	1.ловля мяча, брошенного ребенку с рас. 50 см; 2.подтягивание на скамейке, лежа на животе - выполнять по одной стороне зала. 3.ходьба из обруча в обруч, руки за головой — выполнять по другой стороне зала; (все выполнить по 3 раза)
Подвижная игра	«Поезд»	
Заключительная часть	Психогимнастика «Веселая пчелка»	
Тема: «У солнышка в гостях»		
	79 занятие	
Программное содержание	Научить детей прыжкам со сменой положения ног. Упражнять в ловле мяча. Закрепить умение подтягиваться на скамейке. Развивать силу рук; точность движения.	
1-я часть: Вводная часть	Построение в шеренгу. Перестроение в колонну по 1. Ходьба: - на носках — «по кочкам»; - высоко поднимая колени — «по высокой траве»; - перешагивая препятствия — «через пни и коряги». Бег: - по кругу; - с ускорением и замедлением темпа. Ходьба с восстановлением дыхания. Построение в круг.	
ОРУ	«Птички»	
2-я часть: Основные виды движений	1.прыжки со сменой положения ног (врозь - вместе) (3X8); 2.ловля мяча, брошенного ребенку с расст. 1м (4-5 раза); 3.подтягивание на скамейке, лежа на животе (2раза)	
Подвижная игра	«Солнышко и дождик»	
Заключительная часть	Ходьба в колонне друг за другом под зонтиком	
Заключительная часть	Психогимнастика «Веселая пчелка»	
Апрель		
Тема: «У солнышка в гостях»		
	80 занятие	81 занятие
Программное содержание	Научить детей прыжкам со сменой положения ног. Упражнять в ловле мяча. Закрепить умение подтягиваться	Научить детей прыжкам со сменой положения ног. Упражнять в ловле мяча. Закрепить умение подтягиваться на скамейке.

	на скамейке. Развивать силу рук; точность движения.	Развивать силу рук; точность движения.
1-я часть: Вводная часть	Построение в шеренгу. Перестроение в колонну по 1. Ходьба: - на носках — «по кочкам»; - высоко поднимая колени — «по высокой траве»; - перешагивая препятствия — «через пни и коряги». Бег: - по кругу; - с ускорением и замедлением темпа. Ходьба с восстановлением дыхания. Построение в круг.	Построение в шеренгу. Перестроение в колонну по 1. Ходьба: - на носках — «по кочкам»; - высоко поднимая колени — «по высокой траве»; - перешагивая препятствия — «через пни и коряги». Бег: - по кругу; - с ускорением и замедлением темпа. Ходьба с восстановлением дыхания. Построение в круг.
ОРУ	«Птички»	
2-я часть: Основные виды движений	1.прыжки со сменой положения ног (врозь - вместе) (3Х8); 2.ловля мяча, брошенного ребенку с расст. 1м (4-5 раза); 3.подтягивание на скамейке, лежа на животе (2раза)	1.прыжки со сменой положения ног (врозь - вместе) (3Х8); 2.ловля мяча, брошенного ребенку с расст. 1м (4-5 раза); 3.подтягивание на скамейке, лежа на животе (2раза)
Подвижная игра	«Солнышко и дождик»	
Заключительная часть	Ходьба в колонне друг за другом под зонтиком	
Тема: «Поиграем с солнечным зайчиком»		
	82 занятие	83 занятие
Программное содержание	Формировать навык ходьбы с дополнительными заданиями. Научить детей активному замаху руками при броске мяча из-за головы через шнур. Упражнять в прыжках со сменой положения ног. Развивать равновесие в ходьбе с бруска на брусок. Способствовать тренировке выносливости.	Формировать навык ходьбы с дополнительными заданиями. Научить детей активному замаху руками при броске мяча из-за головы через шнур. Упражнять в прыжках со сменой положения ног. Развивать равновесие в ходьбе с бруска на брусок. Способствовать тренировке выносливости.
1-я часть: Вводная часть	Построение в шеренгу; перестроение в колонну. Ходьба с дополнительным заданием: остановка по команде; поворот вокруг себя по команде. Медленный бег. Ходьба с восстановлением дыхания.	Построение в шеренгу; перестроение в колонну. Ходьба с дополнительным заданием: остановка по команде; поворот вокруг себя по команде. Медленный бег. Ходьба с восстановлением дыхания.
ОРУ	«Поиграем с солнечными зайчиками»	
2-я часть: Основные виды движений	1.перебрасывание мяча из-за головы через шнур (резинку), находящийся на уровне груди ребенка с расст. 1 м; (3-4 раза) 2.прыжки со сменой положения ног (врозь - вместе); (10-15 с) 3.ходьба с бруска на брусок (вые. 10-15 см) шт. (2-3 раза)	1.перебрасывание мяча из-за головы через шнур (резинку), находящийся на уровне груди ребенка с расст. 1 м; (3-4 раза) 2.прыжки со сменой положения ног (врозь - вместе); (10-15 с) 3.ходьба с бруска на брусок (вые. 10-15 см) 3-4 шт. (2-3 раза)
Подвижная игра	«Зайка»	
Заключительная часть	«Тишина»	

Тема: «Поиграем с солнечным зайчиком»		
	84 занятие	85 занятие
Программное содержание	Формировать навык ходьбы с дополнительными заданиями. Научить детей активному замаху руками при броске мяча из-за головы через шнур. Упражнять в прыжках со сменой положения ног. Развивать равновесие в ходьбе с бруска на брусочек. Способствовать тренировке выносливости.	Формировать навык ходьбы с дополнительными заданиями. Научить детей активному замаху руками при броске мяча из-за головы через шнур. Упражнять в прыжках со сменой положения ног. Развивать равновесие в ходьбе с бруска на брусочек. Способствовать тренировке выносливости.
1-я часть: Вводная часть	Построение в шеренгу; перестроение в колонну. Ходьба с дополнительным заданием: остановка по команде; поворот вокруг себя по команде. Медленный бег. Ходьба с восстановлением дыхания.	Построение в шеренгу; перестроение в колонну. Ходьба с дополнительным заданием: остановка по команде; поворот вокруг себя по команде. Медленный бег. Ходьба с восстановлением дыхания.
ОРУ	«Поиграем с солнечными зайчиками»	
2-я часть: Основные виды движений	1.перебрасывание мяча из-за головы через шнур (резинку), находящийся на уровне груди ребенка с расст. 1 м; (3-4 раза) 2.прыжки со сменой положения ног (врозь - вместе); (10-15 с) 3.ходьба с бруска на брусочек (выс. 10-15 см) 3-4 шт. (2-3 раза)	1.перебрасывание мяча из-за головы через шнур (резинку), находящийся на уровне груди ребенка с расст. 1 м; (3-4 раза) 2.прыжки со сменой положения ног (врозь - вместе); (10-15 с) 3.ходьба с бруска на брусочек (выс. 10-15 см) 3-4 шт. (2-3 раза)
Подвижная игра	«Зайка»	
Заключительная часть	«Тишина»	
Тема: «Поиграем с солнечным зайчиком»		
	86 занятие	87 занятие
Программное содержание	Научить детей лазать по лестнице. Упражнять в ходьбе с бруска на брусочек. Закрепить умение прыгать со сменой положения ног. Развивать равновесие, ловкость, координацию движений. Воспитывать интерес к подвижным играм.	Научить детей лазать по лестнице. Упражнять в ходьбе с бруска на брусочек. Закрепить умение прыгать со сменой положения ног. Развивать равновесие, ловкость, координацию движений. Воспитывать интерес к подвижным играм.
1-я часть: Вводная часть	Построение в шеренгу; перестроение в колонну. Ходьба с дополнительным заданием: остановка по команде; поворот вокруг себя по команде. Медленный бег. Ходьба с восстановлением дыхания.	Построение в шеренгу; перестроение в колонну. Ходьба с дополнительным заданием: остановка по команде; поворот вокруг себя по команде. Медленный бег. Ходьба с восстановлением дыхания.
ОРУ	«Поиграем с солнечными зайчиками»	

2-я часть: Основные виды движений	1.лазание по лестнице-стремянке; 2 раза 2.прыжки со сменой положения ног(врозь - вместе);30-40с 3.ходьба с бруска на брусок (выс. 10-15 см) - 3-4 шт. 2 раза	1.лазание по лестнице-стремянке; 2 раза 2.прыжки со сменой положения ног (врозь - вместе); 30-40 с 3. ходьба с бруска на брусок (выс. 10-15 см) - 3-4 шт. 2 раза
Подвижная игра	«Заинька»	
Заключительная часть	«Тишина»	
Тема: «Поиграем с солнечным зайчиком»		
	88 занятие	89 занятие
Программное содержание	Научить детей лазать по лестнице. Упражнять в ходьбе с бруска на брусок. Закрепить умение прыгать со сменой положения ног. Развивать равновесие, ловкость, координацию движений. Воспитывать интерес к подвижным играм.	Научить детей лазать по лестнице. Упражнять в ходьбе с бруска на брусок. Закрепить умение прыгать со сменой положения ног. Развивать равновесие, ловкость, координацию движений. Воспитывать интерес к подвижным играм.
1-я часть: Вводная часть	Построение в шеренгу; перестроение в колонну. Ходьба с дополнительным заданием: остановка по команде; поворот вокруг себя по команде. Медленный бег. Ходьба с восстановлением дыхания.	Построение в шеренгу; перестроение в колонну. Ходьба с дополнительным заданием: остановка по команде; поворот вокруг себя по команде. Медленный бег. Ходьба с восстановлением дыхания.
ОРУ	«Поиграем с солнечными зайчиками»	
2-я часть: Основные виды движений	1.лазание по лестнице-стремянке; 2 раза 2.прыжки со сменой положения ног(врозь - вместе);30-40с 3.ходьба с бруска на брусок (выс. 10-15 см) - 3-4 шт. 2 раза	1.лазание по лестнице-стремянке; 2 раза 2.прыжки со сменой положения ног(врозь - вместе);30-40с 3.ходьба с бруска на брусок (выс. 10-15 см) - 3-4 шт. 2 раза
Подвижная игра	«Заинька»	
Заключительная часть	«Тишина»	
Тема: «Волшебная палочка-скакалочка»		
	89 занятие	90 занятие
Программное содержание	Познакомить детей со свойствами гимнастической палки. Упражнять детей в перебрасывании мяча через шнур с акцентом на направление броска. Развивать координацию движений в лазаний по лестнице. Развивать равновесие в ходьбе с бруска на брусок.	Познакомить детей со свойствами гимнастической палки. Упражнять детей в перебрасывании мяча через шнур с акцентом на направление броска. Развивать координацию движений в лазаний по лестнице. Развивать равновесие в ходьбе с бруска на брусок.
1-я часть: Вводная часть	Построение в шеренгу; перестроение в колонну.Ходьба с высоким подниманием колена верхом на палке. Бег со сменой темпа по сигналу. Ходьба с восстановлением дыхания.	Построение в шеренгу; перестроение в колонну.Ходьба с высоким подниманием колена верхом на палке.Бег со сменой темпа по сигналу. Ходьба с восстановлением дыхания.
ОРУ	«Игра с волшебной палочкой»	
2-я часть: Основные	1.перебрасывание мяча из-за головы через шнур (резинку),	1.перебрасывание мяча из-за головы через шнур (резинку),

виды движений	находящийся на уровне груди ребенка с расст. 1,5 м; 3 раза 2.ходьба с бруска на брусок (вые. 10-1 5 см) 34 шт.	находящийся на уровне груди ребенка с расст. 1,5 м;3 раза 2.ходьба с бруска на брусок (вые. 10-1 5 см) 34 шт.
Подвижная игра	«Лошадки»	
Заключительная часть	Ходьба с восстановлением дыхания по кругу	
Тема: «Волшебная палочка-скакалочка»		
	91 занятие	
Программное содержание	Познакомить детей со свойствами гимнастической палки. Упражнять детей в перебрасывании мяча через шнур с акцентом на направление броска. Развивать координацию движений в лазаний по лестнице. Развивать равновесие в ходьбе с бруска на брусок.	
1-я часть: Вводная часть	Построение в шеренгу; перестроение в колонну. Ходьба с высоким подниманием колена верхом на палке. Бег со сменой темпа по сигналу. Ходьба с восстановлением дыхания.	
ОРУ	«Игра с волшебной палочкой»	
2-я часть: Основные виды движений	1.перебрасывание мяча из-за головы через шнур (резинку), находящийся на уровне груди ребенка с расст. 1,5 м; 3 раза 2.ходьба с бруска на брусок (вые. 10-1 5 см) 34 шт.	
Подвижная игра	«Лошадки»	
Заключительная часть	Ходьба с восстановлением дыхания по кругу	
Май		
Тема: «Поиграем с солнечным зайчиком»		
	92 занятие	93 занятие
Программное содержание	Формировать навык ходьбы с дополнительными заданиями. Научить детей активному замаху руками при броске мяча из-за головы через шнур. Упражнять в прыжках со сменой положения ног. Развивать равновесие в ходьбе с бруска на брусок. Способствовать тренировке выносливости.	Формировать навык ходьбы с дополнительными заданиями. Научить детей активному замаху руками при броске мяча из-за головы через шнур. Упражнять в прыжках со сменой положения ног. Развивать равновесие в ходьбе с бруска на брусок. Способствовать тренировке выносливости.
1-я часть: Вводная часть	Построение в шеренгу; перестроение в колонну. Ходьба с дополнительным заданием: остановка по команде; поворот вокруг себя по команде. Медленный бег. Ходьба с	Построение в шеренгу; перестроение в колонну. Ходьба с дополнительным заданием: остановка по команде; поворот вокруг себя по команде. Медленный бег. Ходьба с восстановлением

	восстановлением дыхания.	дыхания.
ОРУ	«Поиграем с солнечными зайчиками»	
2-я часть: Основные виды движений	1.перебрасывание мяча из-за головы через шнур (резинку), находящийся на уровне груди ребенка с расст. 1 м; (3-4 раза) 2.прыжки со сменой положения ног (врозь - вместе); (10-15 с) 3.ходьба с бруска на брусок (вые. 10-15 см) 3-4 шт. (2-3 раза	1.перебрасывание мяча из-за головы через шнур (резинку), находящийся на уровне груди ребенка с расст. 1 м; (3-4 раза) 2.прыжки со сменой положения ног (врозь - вместе); (10-15 с) 3.ходьба с бруска на брусок (вые. 10-15 см) 3-4 шт. (2-3 раза
Подвижная игра	«Заинька»	
Заключительная часть	«Тишина»	
Тема: «Поиграем с солнечным зайчиком»		
	94 занятие	95 занятие
Программное содержание	Научить детей лазать по лестнице. Упражнять в ходьбе с бруска на брусок. Закрепить умение прыгать со сменой положения ног. Развивать равновесие, ловкость, координацию движений. Воспитывать интерес к подвижным играм.	Научить детей лазать по лестнице. Упражнять в ходьбе с бруска на брусок. Закрепить умение прыгать со сменой положения ног. Развивать равновесие, ловкость, координацию движений. Воспитывать интерес к подвижным играм.
1-я часть: Вводная часть	Построение в шеренгу; перестроение в колонну. Ходьба с дополнительным заданием: остановка по команде; поворот вокруг себя по команде. Медленный бег. Ходьба с восстановлением дыхания.	Построение в шеренгу; перестроение в колонну. Ходьба с дополнительным заданием: остановка по команде; поворот вокруг себя по команде. Медленный бег. Ходьба с восстановлением дыхания.
ОРУ	«Поиграем с солнечными зайчиками»	
2-я часть: Основные виды движений	1.лазание по лестнице-стремянке; 2 раза 2.прыжки со сменой положения ног(врозь - вместе);30-40с 3.ходьба с бруска на брусок (выс. 10-15 см) - 3-4 шт. 2 раза	1.лазание по лестнице-стремянке; 2 раза 2.прыжки со сменой положения ног (врозь - вместе); 30-40 с 3. ходьба с бруска на брусок (выс. 10-15 см) - 3-4 шт. 2 раза
Подвижная игра	«Заинька»	
Заключительная часть	«Тишина»	
Тема: «Поиграем с солнечным зайчиком»		
	96 занятие	97 занятие
Программное содержание	Научить детей лазать по лестнице. Упражнять в ходьбе с бруска на брусок. Закрепить умение прыгать со сменой положения ног. Развивать равновесие, ловкость, координацию движений. Воспитывать интерес к	Научить детей лазать по лестнице. Упражнять в ходьбе с бруска на брусок. Закрепить умение прыгать со сменой положения ног. Развивать равновесие, ловкость, координацию движений. Воспитывать интерес к подвижным играм.

	подвижным играм.	
1-я часть: Вводная часть	Построение в шеренгу; перестроение в колонну. Ходьба с дополнительным заданием: остановка по команде; поворот вокруг себя по команде. Медленный бег. Ходьба с восстановлением дыхания.	Построение в шеренгу; перестроение в колонну. Ходьба с дополнительным заданием: остановка по команде; поворот вокруг себя по команде. Медленный бег. Ходьба с восстановлением дыхания.
ОРУ	«Поиграем с солнечными зайчиками»	
2-я часть: Основные виды движений	1.лазание по лестнице-стремянке; 2 раза 2.прыжки со сменой положения ног(врозь - вместе);30-40с 3.ходьба с бруска на брусок (выс. 10-15 см) - 3-4 шт. 2 раза	1.лазание по лестнице-стремянке; 2 раза 2.прыжки со сменой положения ног(врозь - вместе);30-40с 3.ходьба с бруска на брусок (выс. 10-15 см) - 3-4 шт. 2 раза
Подвижная игра	«Зайнышка»	
Заключительная часть	«Тишина»	
Тема: «Волшебная палочка-скакалочка»		
	98 занятие	99 занятие
Программное содержание	Познакомить детей со свойствами гимнастической палки. Упражнять детей в перебрасывании мяча через шнур с акцентом на направление броска. Развивать координацию движений в лазаний по лестнице. Развивать равновесие в ходьбе с бруска на брусок.	Познакомить детей со свойствами гимнастической палки. Упражнять детей в перебрасывании мяча через шнур с акцентом на направление броска. Развивать координацию движений в лазаний по лестнице. Развивать равновесие в ходьбе с бруска на брусок.
1-я часть: Вводная часть	Построение в шеренгу; перестроение в колонну. Ходьба с высоким подниманием колена верхом на палке. Бег со сменой темпа по сигналу. Ходьба с восстановлением дыхания.	Построение в шеренгу; перестроение в колонну. Ходьба с высоким подниманием колена верхом на палке. Бег со сменой темпа по сигналу. Ходьба с восстановлением дыхания.
ОРУ	«Игра с волшебной палочкой»	
2-я часть: Основные виды движений	1.перебрасывание мяча из-за головы через шнур (резинку), находящийся на уровне груди ребенка с расст. 1,5 м; 3 раза 2.ходьба с бруска на брусок (выс. 10-15 см) 34 шт.	1.перебрасывание мяча из-за головы через шнур (резинку), находящийся на уровне груди ребенка с расст. 1,5 м;3 раза 2.ходьба с бруска на брусок (выс. 10-15 см) 34 шт.
Подвижная игра	«Лошадки»	
Заключительная часть	Ходьба с восстановлением дыхания по кругу	
Тема: «Волшебная палочка-скакалочка»		
	100 занятие	101 занятие
Программное содержание	Познакомить детей со свойствами гимнастической палки. Упражнять детей в перебрасывании мяча через шнур с акцентом на направление броска. Развивать координацию движений в лазаний по лестнице. Развивать равновесие в	Познакомить детей со свойствами гимнастической палки. Упражнять детей в перебрасывании мяча через шнур с акцентом на направление броска. Развивать координацию движений в лазаний по лестнице. Развивать равновесие в ходьбе с бруска на

	ходьбе с бруска на брусок.	брусок.
1-я часть: Вводная часть	Построение в шеренгу; перестроение в колонну.Ходьба с высоким подниманием колена верхом на палке. Бег со сменой темпа по сигналу. Ходьба с восстановлением дыхания.	Построение в шеренгу; перестроение в колонну.Ходьба с высоким подниманием колена верхом на палке.Бег со сменой темпа по сигналу. Ходьба с восстановлением дыхания.
ОРУ	«Игра с волшебной палочкой»	
2-я часть: Основные виды движений	1.перебрасывание мяча из-за головы через шнур (резинку), находящийсяна уровне груди ребенка с расст. 1,5 м; 3 раза 2.ходьба с бруска на брусок (вые. 10-1 5 см) 34 шт.	1.перебрасывание мяча из-за головы через шнур (резинку), находящийсяна уровне груди ребенка с расст. 1,5 м;3 раза 2.ходьба с бруска на брусок (вые. 10-1 5 см) 34 шт.
Подвижная игра	«Лошадки»	
Заключительная часть	Ходьба с восстановлением дыхания по кругу	
Тема: «Волшебная палочка-скакалочка»		
	102 занятие	
Программное содержание	Познакомить детей со свойствами гимнастической палки. Упражнять детей в перебрасывании мяча через шнур с акцентом на направление броска. Развивать координацию движений в лазаний по лестнице. Развивать равновесие в ходьбе с бруска на брусок.	
1-я часть: Вводная часть	Построение в шеренгу; перестроение в колонну.Ходьба с высоким подниманием колена верхом на палке. Бег со сменой темпа по сигналу. Ходьба с восстановлением дыхания.	
ОРУ	«Игра с волшебной палочкой»	
2-я часть: Основные виды движений	1.перебрасывание мяча из-за головы через шнур (резинку), находящийся на уровне груди ребенка с расст. 1,5 м; 3 раза 2.ходьба с бруска на брусок (вые. 10-1 5 см) 34 шт.	
Подвижная игра	«Лошадки»	
Заключительная часть	Ходьба с восстановлением дыхания по кругу	

Календарно-тематическое планирование образовательной деятельности по физическому развитию детей 3 – 4 лет.

Сентябрь

Календарные сроки	Содержание деятельности
1 неделя (три занятия)	Тема первой недели: «Ходьба и бег».
2 неделя (три занятия)	Тема второй недели: «Ходьба и бег. Прыжки».
3 неделя (три занятия)	Тема третьей недели: «Мы всегда в движении».
4 неделя (три занятия)	Семейно – групповой спортивный праздник. Эстафета.

Организация двигательного режима

Физкультурные занятия	3 раза в неделю
Спортивные прогулки с использованием подвижных игровых упражнений	3 раза в неделю
Музыкально – ритмические движения	2 раза в неделю
Оздоровительный бег	Ежедневно

Обеспечение условий для эффективной физкультурно-оздоровительной работы

Соблюдение гибкого режима (совместно с воспитателем, музыкальным руководителем, родителями).
Использование спортивной предметно – развивающей среды.
Использование современного спортивного инвентаря и оборудования.
Учет возрастных особенностей и физического состояния здоровья.

1 неделя (три занятия: первое на ознакомление, второе и третье на повторение, закрепление)

Образовательная область. Цель. Задача.	Тема	Виды и формы совместной образовательной деятельности	Индивидуальные эталоны усвоения и самостоятельная деятельность	Целевые ориентиры (результат)
Физическое развитие. Цель месяца: создание условий для приобретения двигательного опыта в процессе разных видов	Тема первой недели: «Ходьба и бег» Краткое содержание: - коммуникативная деятельность; - двигательная деятельность; - речевая деятельность;	Коммуникативная. Краткая беседа о красивой ритмичной ходьбе и легком беге. Двигательная. Общеразвивающие упражнения (по выбору педагога) и основные движения по теме недели. Ходьба и бег в колонне по одному. Ходьба и	- ребенок участвует в беседе; - самостоятельно выполняет с чередованием ходьбу и бег; - выполняет общеразвивающие упражнения:	- умеет ходить прямо, не шаркая ногами, сохраняя заданное направление; - выполняет легкий бег; - проявляет интерес к участию в совместных играх и физических упражнениях;

деятельности. Задача: научить простейшим спортивным двигательным навыкам в процессе разных видов деятельности.	- художественно – эстетическая деятельность; - игровая деятельность.	бег по сигналу. Ходьба и бег между линиями. Речевая. По ровненькой дорожке (ходьба в ритме стихотворения) По ровненькой дорожке Шагают наши ножки. Раз-два, раз-два. Художественно – эстетическая. Слушаем музыку «Ходим – бегаем» Задания: определить, под какую музыку надо идти, а под какую бегать. Игровая. Подвижные игры под музыку «Ходим – бегаем», «Иди – стой»	- слушает, запоминает и одновременно выполняет движения в ритме стиха; - слушает музыку; - участвует в игровой деятельности.	- умеет реагировать на сигналы «беги», «стой».
---	--	--	---	---

2 неделя (три занятия: первое на ознакомление, второе и третье на повторение, закрепление)

Образовательная область. Цель. Задача.	Тема	Виды и формы совместной образовательной деятельности	Индивидуальные эталоны усвоения и самостоятельная деятельность	Целевые ориентиры (результат)
Физическое развитие. Цель месяца: создание условий для приобретения двигательного опыта в процессе разных видов деятельности. Задача: научить простейшим спортивным двигательным	Тема второй недели: «Ходьба и бег. Прыжки» Краткое содержание: - коммуникативная деятельность; - двигательная деятельность; - речевая деятельность; - художественно – эстетическая деятельность;	Коммуникативная. Беседа о пользе движения и двигательных упражнений. Двигательная. Повторение, закрепление. Общеразвивающие упражнения и основные движения по теме недели. «Веселые руки». И.п.: ноги слегка расставлены, руки внизу. Поднять руки вперед, повернуть ладонями, опустить. Повторить 5 раз. «Веселые ноги». И. п.: сидя на полу, ноги в стороны, руки внизу. Наклониться вперед, дотронуться до носков,	- ребенок участвует в беседе; - участие в двигательной деятельности; - выполнение игровых движений в ритме стиха; - участие в подвижных играх; - слушание музыки и выполнение прыжков под музыку.	- ребенок может поддерживать беседу; - умеет ходить прямо, не шаркая ногами, сохраняя заданное направление; - выполняет легкий бег; - проявляет интерес к участию в совместных играх и физических упражнениях; - с интересом слушает

навыкам в процессе разных видов деятельности.	- игровая деятельность	выпрямиться. Повторить 5 раз. «Прыжки на месте на двух ногах». И.п.: ноги слегка расставлены, руки внизу. Выполнить 8 прыжков на месте. Ходьба друг за другом. Ходьба и бег в колонне по одному. Ходьба и бег по сигналу. Ходьба и бег между линиями. Прыжки на двух ногах на месте. Прыжки с продвижением вперед на 2 метра. Речевая. Слушаем, запоминаем. «Стоит в лесу избушка, А в ней живёт Петрушка, К нему идёт зверюшка Попрыгать-поиграть! (выполнение игровых движений) Олени, Носороги, Медведи из берлоги Приходят друг за дружкой Попрыгать-поиграть! (выполнение игровых движений)» Игровая. Подвижные игры с ходьбой «К куклам в гости», «Кто тише». Подвижные игры с бегом «Догони меня», «По тропинке». Подвижные игры с прыжками «Обезьянки». Художественно – эстетическая. Слушаем музыку М. Сатулина «Мячики» и прыгаем как мячики.		стихи и выполняет характерные движения персонажей; - умеет взаимодействовать со сверстниками.
---	------------------------	--	--	---

3 неделя (три занятия: первое на ознакомление, второе и третье на повторение, закрепление)

Образовательная область. Цель. Задача.	Тема	Виды и формы совместной образовательной деятельности	Индивидуальные эталоны усвоения и самостоятельная деятельность	Целевые ориентиры (результат)
Физическое развитие. Цель месяца: создание условий для приобретения двигательного опыта в процессе разных видов деятельности. Задача: научить простейшим спортивным двигательным навыкам в процессе разных видов деятельности.	Тема третьей недели: «Мы всегда в движении» Краткое содержание: -коммуникативная деятельность; - познавательно-исследовательская деятельность; - двигательная деятельность; - речевая деятельность; - художественно - эстетическая деятельность; - игровая деятельность.	Коммуникативная. Краткая беседа о пользе двигательных упражнений. Познавательно – исследовательская. Загадки «Стукнешь о стенку – а я отскачу; бросишь на землю - а я поскачу, я из ладоней в ладони лечу, смирно лежать не хочу» (Мяч)и другие загадки. Двигательная. Общеразвивающие упражнения и основные движения по теме недели. «Раскачивание рук». И.п.: ноги слегка расставлены, руки с кубиком внизу. Раскачивать руками вперед-назад, повторить 2 раза. «Постучи кубиком». И. п.: ноги на ширине плеч, руки с кубиком внизу. Наклониться вперед, постучать кубиком по коленям, выпрямиться. Повторить 2 раза. «Положи кубик». И.п.: ноги слегка расставлены, руки с кубиком внизу. Присесть, положить кубик на пол между ног, выпрямиться, присесть, взять кубик, выпрямиться. Повторить 2 раза. Перестроение из круга. Бег.Ходьба друг за другом. Ползаем, лазаем. Ползание на четвереньках по прямой, между предметами. Лазание по гимнастической стенке высота – 1.5 метра. Ходьба и бег в колонне по одному. Ходьба по наклонной доске с удержанием равновесия. Игровая. Игры с мячом «Найди мяч», «Мой веселый звонкий мяч» Трудовая.	Участие в беседе. Самостоятельное отгадывание загадок. Самостоятельное выполнение общеразвивающих упражнений: «Раскачивание рук», «Постучи кубиком», «Положи кубик». Ползание на четвереньках по прямой, между предметами. Лазание по гимнастической стенке. Участие в игровой деятельности. Участие в трудовой деятельности.	- ребенок может поддерживать беседу; - проявляет волевые усилия в ползании и лазании; - проявляет инициативу в подвижных играх; - проявляет активность в трудовой деятельности.

		Уборка мячей и оборудования.		
--	--	------------------------------	--	--

4 неделя (три занятия: первое на ознакомление, второе и третье на повторение, закрепление)

Образовательная область. Цель. Задача.	Тема	Виды и формы совместной образовательной деятельности	Индивидуальные эталоны усвоения и самостоятельная деятельность	Целевые ориентиры (результат)
Физическое развитие. Семейно – групповой спортивный праздник. Эстафета. Цель: создание условий для организации совместного участия детей и родителей в спортивной жизни детского сада. Задача: приобщить детей и родителей к совместной игровой соревновательной деятельности.	Подготовка к семейно – групповому празднику. Семейно – групповой спортивный праздник. Эстафета. Краткое содержание: - представление команд; - игровая эстафета; - награждение команд.	Двигательная. Эстафета. Игры: «Через ручеек по мостику», «Пройди и не сбей», «Пробеги, не задень», «Шагай через кочки», «Бегом по горке».	Участие в семейно – групповом спортивном празднике.	- ребенок проявляет спортивный интерес и активность в совместной и индивидуальной двигательной деятельности.

Октябрь

Календарные сроки	Содержание деятельности
1 неделя (три занятия)	Тема первой недели: «Осваиваем основные движения»
2 неделя (три занятия)	Тема второй недели: «Развитие координации движений. Упражнения с предметами»
3 неделя (три занятия)	Тема третьей недели: «Мы всегда в движении»
4 неделя (три занятия)	Тема четвертой недели «Прыжки. Метание»

Организация двигательного режима.

Физкультурные занятия	3 раза в неделю
Спортивные прогулки с использованием подвижных игровых упражнений	3 раза в неделю
Музыкально – ритмические движения	2 раза в неделю
Оздоровительный бег	Ежедневно

Обеспечение условий для эффективной физкультурно-оздоровительной работы.

Соблюдение гибкого режима (совместно с воспитателем, музыкальным руководителем, родителями).
--

Использование спортивной предметно – развивающей среды.
Использование современного спортивного инвентаря и оборудования.
Учет возрастных особенностей и физического состояния здоровья.

1 неделя (три занятия: первое на ознакомление, второе и третье на повторение, закрепление)

Образовательная область. Цель. Задача.	Тема	Виды и формы совместной образовательной деятельности	Индивидуальные эталоны усвоения и самостоятельная деятельность	Целевые ориентиры (результат)
Физическое развитие. Цель месяца: создание условий для обогащения детского двигательного опыта, освоения основных движений. Задача: обогатить двигательный опыт детей в процессе освоения основных движений.	Тема первой недели: «Осваиваем основные движения. Ходьба. Бег». Краткое содержание: - коммуникативная деятельность; - двигательная деятельность; - речевая деятельность; - художественно - эстетическая деятельность; - игровая деятельность; - познавательно - исследовательская деятельность (загадки).	Коммуникативная. Беседа о признаках здоровья человека. Двигательная. Общеразвивающие упражнения (повторение, закрепление предыдущих). Основные движения по теме недели. Ходьба обычная. Ходьба на носках, на месте, с высоким подниманием бедра. Бег стайкой, врассыпную. Перестроения: свободное, врассыпную. Художественно – эстетическая. Музыкально - ритмические упражнения: «Автомобиль» музыка М. Раухвегера, «Зайчики» музыка Е. Тиличеевой. Игровая. Подвижные игры «Догоните меня», «Воробышки и автомобиль». Речевая. Заучиваем и отгадываем: «Этот конь не ест овса, Вместо ног – два колеса. Сядь верхом и мчись на нем, Только лучше правь рулем». (Велосипед)	Участие в беседе о признаках здоровья человека. Самостоятельное выполнение двигательных упражнений: ходьбы, бега. Самостоятельное выполнение музыкально – ритмических упражнений. Участие в коллективных подвижных играх. Заучивание и отгадывание загадок.	- ребенок использует речь для выражения своих мыслей; - способен самостоятельно выполнять двигательные упражнения; -следует социальным нормам поведения в подвижных играх; - проявляет волевые усилия при освоении основных движений.

2 неделя (три занятия: первое на ознакомление, второе и третье на повторение, закрепление)

Образовательная область. Цель. Задача.	Тема	Виды и формы совместной образовательной деятельности	Индивидуальные эталоны усвоения и самостоятельная деятельность	Целевые ориентиры (результат)
Физическое развитие. Цель месяца: создание условий для обогащения детского двигательного опыта, освоения основных движений. Задача: обогатить двигательный опыт детей в процессе освоения основных движений.	Тема второй недели: «Развитие координации движений. Упражнения с предметами» Краткое содержание: - коммуникативная деятельность; - двигательная деятельность; - художественно – эстетическая деятельность; - игровая деятельность; - трудовая деятельность.	Коммуникативная. Беседа о правилах безопасного поведения при выполнении движений. Двигательная. Общеразвивающие упражнения (по выбору педагога (инструктора). Основные движения по теме недели. Ходьба по дорожкам – доскам в виде препятствий: кирпичиков (10 -12 штук), кубиков (10 – 12). Бег между кубиками, кеглями. «Пробеги и не сбей». Упражнения с предметами. Перекладывание предметов стоя, под согнутой в колене ногой. Ловля мяча. Художественно – эстетическая. Игра с пением «Поезд». Трудовая. Уборка спортивного инвентаря.	Участие в беседе о правилах безопасного поведения при выполнении движений. Самостоятельное выполнение двигательных упражнений: ходьба по дорожкам – доскам в виде препятствий. Самостоятельное выполнение музыкально – ритмических упражнений. Участие в трудовой деятельности.	- ребенок владеет устной речью; - способен самостоятельно выполнять двигательные упражнения; - следует социальным нормам поведения в подвижных играх; - проявляет активность в трудовой деятельности.

3 неделя (три занятия: первое на ознакомление, второе и третье на повторение, закрепление)

Образовательная область. Цель. Задача.	Тема	Виды и формы совместной образовательной деятельности	Индивидуальные эталоны усвоения и самостоятельная деятельность	Целевые ориентиры (результат)
Физическое развитие. Цель месяца: создание условий для обогащения	Тема третьей недели: «Веселый мяч» Краткое содержание: - коммуникативная	Коммуникативная. Рассказ об играх с мячом. Вопросы. Ответы. Двигательная. Общеразвивающие упражнениями	Участие в коммуникативной деятельности, ответы на вопросы. Самостоятельное	- ребенок владеет устной речью; - способен самостоятельно выполнять двигательные

детского двигательного опыта, освоения основных движений. Задача: обогащать двигательный опыт детей в процессе освоения основных движений.	деятельность; - двигательная деятельность; - художественно – эстетическая деятельность; - игровая деятельность; - трудовая деятельность.	основные движения по теме недели: - подбрасывание мяча; - ловля мяча; - ловля мяча двумя руками; - индивидуальные действия с мячом, - коллективные действия с мячом; - чередование ходьбы и бега со средней скоростью. Художественно – эстетическая. Музыкально – ритмические движения «Веселые мячики!» Музыка В. Витлина Трудовая. Уборка спортивного инвентаря.	выполнение общеразвивающих упражнений. Самостоятельное выполнение игровых движений с мячом. Самостоятельное выполнение музыкально – ритмических упражнений. Участие в трудовой деятельности.	упражнения; - реагирует на сигналы педагога; - проявляет активность в трудовой деятельности.
--	---	--	--	--

4 неделя (три занятия: первое на ознакомление, второе и третье на повторение, закрепление)

Образовательная область. Цель. Задача.	Тема	Виды и формы совместной образовательной деятельности	Индивидуальные эталоны усвоения и самостоятельная деятельность	Целевые ориентиры (результат)
Физическое развитие. Цель месяца: создание условий для обогащения детского двигательного опыта, освоения основных движений. Задача: обогащать двигательный опыт детей в процессе освоения основных	Тема четвертой недели «Прыжки. Метание» Краткое содержание: - коммуникативная деятельность; - двигательная деятельность; - художественно – эстетическая деятельность; - игровая деятельность; - трудовая деятельность.	Коммуникативная. Беседа о правилах безопасного выполнения прыжков и метания. Двигательная. Общеразвивающие упражнения: - чередование ходьбы и бега со средней скоростью. Основные движения по теме недели. Прыжки: исходное положение, небольшое приседание, толчок – отталкивание двумя ногами. Метание вдаль. Исходное положение, замах, бросок. Художественно - эстетическая. Музыкально - ритмические движения «Зайчики» русская народная мелодия.	Участие в коммуникативной деятельности, ответы на вопросы. Самостоятельное выполнение общеразвивающих упражнений. Самостоятельное выполнение прыжков из исходного положения. Самостоятельное метание вдаль. Самостоятельное выполнение музыкально - ритмических упражнений.	- ребенок участвует в беседе; - самостоятельно выполняет двигательные упражнения; - реагирует на сигналы педагога; - соблюдает правила безопасного поведения при выполнении прыжков и метания; - проявляет активность в трудовой деятельности.

движений.		Трудовая. Уборка спортивного инвентаря.	Участие в трудовой деятельности.	
-----------	--	---	----------------------------------	--

Ноябрь

Календарные сроки	Содержание деятельности
1 неделя (три занятия)	Тема первой недели: «Разные движения. Вот как мы умеем».
2 неделя (три занятия)	Тема второй недели: «Обручи».
3 неделя (три занятия)	Тема третьей недели: «Развитие координации движений».
4 неделя (три занятия)	Тема четвертой недели: спортивно - музыкального развлечения: «Сильные, ловкие, смелые».

Организация двигательного режима

Физкультурные занятия	3 раза в неделю
Спортивные прогулки с использованием подвижных игровых упражнений	3 раза в неделю
Музыкально – ритмические движения	2 раза в неделю
Оздоровительный бег	Ежедневно

Обеспечение условий для эффективной физкультурно-оздоровительной работы

Соблюдение гибкого режима (совместно с воспитателем, музыкальным руководителем, родителями).
Использование спортивной предметно - развивающей среды.
Использование современного спортивного инвентаря и оборудования.
Учет возрастных особенностей и физического состояния здоровья.

1 неделя (три занятия: первое на ознакомление, второе и третье на повторение, закрепление)

Образовательная область. Цель. Задача.	Тема	Виды и формы совместной образовательной деятельности	Индивидуальные эталоны усвоения и самостоятельная деятельность	Целевые ориентиры (результат)
Физическое развитие. Цель месяца: создание условий для формирования	Тема первой недели: «Разные движения. Вот как мы умеем» Краткое	Коммуникативная. Приветствие. Повторение правил безопасного поведения во время занятий физической культурой. Двигательная.	Участие в повторении правил безопасного поведения во время занятий физической культурой. Участие в разных видах	- ребенок участвует в беседе; - самостоятельно

потребности в ежедневной двигательной деятельности. Задача: формировать потребность в ежедневной двигательной деятельности в процессе освоения разных видов движений.	содержание: - коммуникативная деятельность; - двигательная деятельность; - речевая деятельность.	Построение. Основная ходьба. Ходьба на носках. Бег с изменением темпа. Комплекс общеразвивающих упражнений. Потягивание «Потягушки». Приседание. «Пружинки» Прыжки. «Воробышки» Игровые упражнения для развития быстроты: «Быстро возьми!», «Скорее в круг». Речевая. Выполнение движений вместе с педагогом в ритме стиха. «Мы играем целый день Целый день играть не лень. Ты смотри, не отставай Все за нами повторяй». «Мы поднимем руки вверх Сразу станем выше всех. Руки ниже опусти И достанешь до земли».	двигательной деятельности. Самостоятельное выполнение комплекса общеразвивающих упражнений. Участие в речевой деятельности. Выполнение движений вместе с педагогом в ритме стиха.	выполняет двигательные упражнения; - соблюдает правила безопасного поведения; - проявляет активность при выполнении игровых упражнений.
--	---	---	---	---

2 неделя (три занятия: первое на ознакомление, второе и третье на повторение, закрепление)

Образовательная область. Цель. Задача.	Тема	Виды и формы совместной образовательной деятельности	Индивидуальные эталоны усвоения и самостоятельная деятельность	Целевые ориентиры (результат)
Физическое развитие. Цель месяца: создание условий для формирования потребности в ежедневной двигательной деятельности. Задача:	Тема второй недели: «Обручи» Краткое содержание: - коммуникативная деятельность; - двигательная деятельность; - игровая деятельность; - трудовая	Коммуникативная. Беседа о круглом обруче. Двигательная. Комплекс общеразвивающих упражнений с обручем. Ходьба в колонне. Прыжки из обруча в обруч. Упражнение. Поднятие обруча вверх. Упражнение « Положи обруч» Ходьба вокруг своего обруча.	Участие в беседе. Самостоятельное выполнение комплекса общеразвивающих упражнений. Участие в игровой деятельности. Участие в речевой деятельности.	- ребенок участвует в беседе; - самостоятельно выполняет двигательные упражнения; - соблюдает правила безопасного поведения - проявляет активность при выполнении игровых упражнений;

формировать потребность в ежедневной двигательной деятельности в процессе освоения разных видов движений.	деятельность.	Игровая. «Машина» - ребенок держит обруч как руль и бежит по кругу. «Догони обруч» Педагог катит обруч, ребенок догоняет обруч. Речевая. Запоминаем, повторяем. «Обручи всегда помогут Гибкость нам развить немного. Будем чаще наклоняться, Приседать и нагибаться». Трудовая. Уборка оборудования.		- проявляет активность в трудовой деятельности.
---	---------------	---	--	---

3 неделя (три занятия: первое на ознакомление, второе и третье на повторение, закрепление)

Образовательная область. Цель. Задача.	Тема	Виды и формы совместной образовательной деятельности	Индивидуальные эталоны усвоения и самостоятельная деятельность	Целевые ориентиры (результат)
Физическое развитие. Цель месяца: создание условий для формирования потребности в ежедневной двигательной деятельности. Задача: формировать потребность в ежедневной двигательной деятельности в процессе освоения	Тема третьей недели: «Развитие координации движений» Краткое содержание: - коммуникативная деятельность; - двигательная деятельность; - интеграция (движение и речь) - игровая деятельность; - трудовая деятельность	Коммуникативная. Беседа о безопасном поведении при выполнении движений. Двигательная. Общеразвивающие упражнения. Построение. Основная ходьба. Ходьба на носках. Бег с изменением темпа. Речь и движение (ходьба «паровозиком») «Едем, едем, долго едем, Очень длинный этот путь. Скоро до Москвы доедем, Там мы сможем отдохнуть». Дыхательные упражнения. Основные движения по теме недели. Координация: перекладывание предметов	Участие в беседе. Самостоятельное выполнение комплекса общеразвивающих упражнений. Участие в игровой деятельности. Участие в речевой деятельности. Участие в трудовой деятельности.	- ребенок участвует в беседе; - самостоятельно выполняет двигательные упражнения; - соблюдает правила безопасного поведения; - проявляет активность при выполнении игровых упражнений; - проявляет активность в трудовой деятельности.

разных видов движений.		стоя, под согнутой в колене ногой. Ходьба по разложенным на полу дорожкам – доскам, с перешагиванием через кубики. Игровая. «Поползи – не задень», «Пройди как Мишка», «Проползи как мышка». Трудовая. Уборка оборудования.		
------------------------	--	--	--	--

4 неделя. Подготовка и проведение спортивно - музыкального развлечения: «Сильные, ловкие, смелые».

Образовательная область. Цель. Задача.	Тема	Виды и формы совместной образовательной деятельности	Индивидуальные эталоны усвоения и самостоятельная деятельность	Целевые ориентиры (результат)
Физическое развитие. Цель месяца: создание условий для формирования потребности в ежедневной двигательной деятельности. Задача: формировать потребность в ежедневной двигательной деятельности в процессе освоения разных видов движений.	Тема четвертой недели: «Сильные, ловкие, смелые». Содержание развлечения состоит из всех пройденных и освоенных детьми двигательных упражнений и подвижных игр, которые педагог представляет в виде сценария.	Подготовка и проведение спортивно - музыкального развлечения: «Сильные, ловкие, смелые». Содержание развлечения состоит из всех пройденных и освоенных детьми двигательных упражнений и подвижных игр, которые педагог представляет в виде сценария.	Участие в спортивно – музыкальном развлечении «Сильные, ловкие, смелые».	- ребенок имеет соревновательный двигательный опыт; - проявляет волевые усилия при выполнении игровых заданий; - доброжелательно взаимодействует со сверстниками и взрослыми.

Декабрь

Календарные сроки	Содержание деятельности
1 неделя (три занятия)	Тема первой недели: Ходьба и бег.

2 неделя (три занятия)	Тема второй недели: Прыжки.
3 неделя (три занятия)	Тема третьей недели: Метание.
4 неделя (три занятия)	Тема четвертой недели: Лазание.

Организация двигательного режима

Физкультурные занятия	3 раза в неделю
Спортивные прогулки с использованием подвижных игровых упражнений	3 раза в неделю
Музыкально – ритмические движения	2 раза в неделю
Оздоровительный бег	Ежедневно

Обеспечение условий для эффективной физкультурно-оздоровительной работы

Соблюдение гибкого режима (совместно с воспитателем, музыкальным руководителем, родителями).
Использование спортивной предметно – развивающей среды.
Использование современного спортивного инвентаря и оборудования.
Учет возрастных особенностей и физического состояния здоровья.

1 неделя. Игровые задания, общеразвивающие программные упражнения по темам «Ходьба и бег» с учетом требований промежуточного мониторинга по освоению детьми образовательной области «Физическая культура».

Образовательная область. Цель. Задача.	Тема	Виды и формы совместной образовательной деятельности	Индивидуальные эталоны усвоения и самостоятельная деятельность	Целевые ориентиры (результат)
Физическое развитие. Цель месяца: создание условий эффективности освоения детьми программных умений и навыков в образовательной области «Физическое развитие» Задача: формировать потребность в ежедневной двигательной деятельности в процессе освоения разных видов движений.	Тема первой недели: «Ходьба и бег» Краткое содержание: - коммуникативная деятельность; - двигательная деятельность; - художественно - эстетическая деятельность; - игровая деятельность; - трудовая деятельность.	Коммуникативная. Беседа. Ответы на вопросы. Для чего человеку нужно движение? Двигательная. Приветствие. Ходьба с ненапряженным положением туловища и головы. Свободное движение рук. Согласованные движения рук и ног. Бег. Туловище прямое или наклонено немного вперед. Свободное движение рук. Соблюдение направления. Игровая. Игры: «Через ручеек по мостику», «Пройди и не сбей», «Пробеги, не задень», «Шагай через	Участие в беседе. Участие в двигательной деятельности. Выполнение указаний педагога при ходьбе и беге. Участие в игровой деятельности.	- ребенок отвечает на вопросы педагога; - выполняет программные элементы ходьбы и бега; - с интересом участвует в коллективных подвижных играх.

		кочки», «Бегом по горке».		
--	--	---------------------------	--	--

2 неделя. Игровые задания, общеразвивающие программные упражнения по темам «Прыжки» с учетом требований промежуточного мониторинга по освоению детьми образовательной области «Физическая культура».

Образовательная область. Цель. Задача.	Тема	Виды и формы совместной образовательной деятельности	Индивидуальные эталоны усвоения и самостоятельная деятельность	Целевые ориентиры (результат)
Физическое развитие. Цель месяца: создание условий эффективности освоения детьми программных умений и навыков в образовательной области «Физическое развитие» Задача: формировать потребность в ежедневной двигательной деятельности в процессе освоения разных видов движений.	Тема второй недели: «Прыжки» Краткое содержание: - коммуникативная деятельность; - двигательная деятельность; - художественно - эстетическая деятельность; - игровая деятельность; - трудовая деятельность.	Коммуникативная. Беседа. «Прыгают дети, прыгают птицы...». Двигательная. Приветствие. Ходьба с ненапряженным положением туловища и головы. Свободное движение рук. Согласованные движения рук и ног. Прыжки Исходное положение. Небольшое приседание на слегка расставленных ногах. Толчок, отталкивание одновременно двумя ногами. Полет, ноги слегка согнуты. Приземление, мягко. На две ноги. Игровая. Игры: «Кто дальше прыгнет», «Охотники и Зайцы».	Участие в беседе. Участие в двигательной деятельности. Выполнение указаний педагога при прыжках. Участие в игровой деятельности.	- ребенок отвечает на вопросы педагога; - выполняет программные движения, связанные с прыжками в длину, с места; -с интересом участвует в коллективных подвижных играх.

3 неделя. Игровые задания, общеразвивающие программные упражнения по теме «Метание» с учетом требований промежуточного мониторинга по освоению детьми образовательной области «Физическая культура»

Образовательная область. Цель. Задача.	Тема	Виды и формы совместной образовательной деятельности	Индивидуальные эталоны усвоения и самостоятельная деятельность	Целевые ориентиры (результат)
Физическое развитие. Цель месяца: создание	Тема третьей недели:	Коммуникативная. Беседа. Безопасные правила поведения при	Участие в беседе. Участие в	- ребенок отвечает на вопросы педагога;

условий эффективности освоения детьми программных умений и навыков в образовательной области «Физическое развитие» Задача: формировать потребность в ежедневной двигательной деятельности в процессе освоения разных видов движений.	«Метание» Краткое содержание: - коммуникативная деятельность; - двигательная деятельность; - художественно - эстетическая деятельность; - игровая деятельность; - трудовая деятельность.	метании. Двигательная. Приветствие. Ходьба с ненапряженным положением туловища и головы. Свободное движение рук. Согласованные движения рук и ног. Метание. (набитые небольшие мешочки для метания, мячи, и др.) Метание выполняется по указанию педагога, напоминания, что делать, как делать. Исходное положение: стоя, лицом в направлении броска, ноги слегка расставлены, правая рука согнута в локте. Замах. Бросок с силой. Метание вдаль. Метание в горизонтальную цель. Метание в вертикальную цель. Игровая. Игры: «Меткий стрелок», «Попади в мишень».	двигательной деятельности. Выполнение указаний педагога при метании предметов. Участие в игровой деятельности.	- выполняет программные движения, связанные с метанием вдаль. В горизонтальную цель, в вертикальную цель ; - с интересом участвует в коллективных подвижных играх.
---	--	--	---	---

4 неделя. Игровые задания, общеразвивающие программные упражнения по теме «Лазание» с учетом требований промежуточного мониторинга по освоению детьми образовательной области «Физическая культура»

Образовательная область. Цель. Задача.	Тема	Виды и формы совместной образовательной деятельности	Индивидуальные эталоны усвоения и самостоятельная деятельность	Целевые ориентиры (результат)
Физическое развитие. Цель месяца: создание условий эффективности освоения детьми программных умений и навыков в образовательной области «Физическое	Тема третьей недели: «Лазание» Краткое содержание: проведение мониторинга	Коммуникативная. Беседа. Безопасные правила поведения при лазании по гимнастической стенке. Двигательная. Приветствие. Ходьба с ненапряженным положением туловища и головы. Свободное движение рук. Согласованные движения рук и	Участие в беседе. Участие в двигательной деятельности. Выполнение указаний педагога при лазании.	- ребенок отвечает на вопросы педагога; - выполняет программные движения, связанные с лазанием по гимнастической

развитие» Задача: формировать потребность в ежедневной двигательной деятельности в процессе освоения разных видов движений.	эффективности освоения детьми программных умений и навыков в образовательной области «Физическое развитие» в процессе игровой двигательной деятельности.	ног. Мониторинговые задания по теме. Лазание. Лазание по гимнастической стенке Указания педагога. Крепкий хват руками. Поочередный перехват руками рейки. Чередующий шаг. Активные, уверенные движения. Игровая. «В зоопарке», «Лазящие обезьянки».	Участие в игровой деятельности.	стенке; -с интересом участвует в коллективных подвижных играх.
--	---	---	---------------------------------	---

Январь

Календарные сроки	Содержание деятельности
1 неделя - выходные праздничные дни	1 неделя - выходные праздничные дни
2 неделя - (три занятия)	2 неделя - «Перестроение. Ходьба парами»
3 неделя (три занятия)	3 неделя «Перестроение. Ходьба парами»
4 неделя (три занятия)	4 неделя «Осанка. Ходьба и бег врассыпную. Остановка по сигналу»

Организация двигательного режима

Физкультурные занятия	3 раза в неделю
Спортивные прогулки с использованием подвижных игровых упражнений	3 раза в неделю
Музыкально – ритмические движения	2 раза в неделю
Оздоровительный бег	Ежедневно

Обеспечение условий для эффективной физкультурно-оздоровительной работы

Соблюдение гибкого режима (совместно с воспитателем, музыкальным руководителем, родителями).
Использование спортивной предметно – развивающей среды.
Использование современного спортивного инвентаря и оборудования.
Учет возрастных особенностей и физического состояния здоровья.

2 неделя (три занятия: первое – на освоение двигательных упражнений, второе, третье – на повторение, закрепление)

Образовательная	Тема	Виды и формы совместной образовательной	Индивидуальные	Целевые
-----------------	------	---	----------------	---------

область. Цель. Задача.		деятельности	эталоны усвоения и самостоятельная деятельность	ориентиры (результат)
Физическое развитие. Цель месяца: создание условий для становления и обогащения двигательного опыта детей по выполнению основных движений, общеразвивающих упражнений, участия в подвижных играх. Задача: обогатить двигательный опыт детей в процессе выполнения основных программных движений, общеразвивающих упражнений, участия в подвижных играх.	Тема третьей недели: «Перестроение. Ходьба и бег парами» Краткое содержание: - коммуникативная деятельность; - двигательная деятельность; - речевая деятельность; - игровая деятельность.	Коммуникативная. Беседа. Красивая осанка. Прямая спина. Двигательная. Общеразвивающие упражнения (по выбору инструктора) и основные движения по теме недели. Построение в колонну парами. Построение в колонну с перестроением в пары, стоя на месте. Ходьба в колонне парами с высоким подниманием колена. Бег в колонне парами, чередование с бегом врассыпную. Речевая. Выполнение движений по содержанию стихотворения: «Дружно парами шагаем И колени поднимаем. А сейчас мы побежали По команде «Стой!» Мы встали»... Обще-развивающие упражнения: «Пушистые цыплята». «Цыплята машут крыльями». И.п.: ноги слегка расставлены, Повторить 4 раза. «Цыплята пьют воду». И. п.: ноги на ширине плеч, руки внизу. Наклониться вперед, руки отвести назад, выпрямиться. Повторить 5 раз. «Цыплята клюют зерна» И. п.: ноги слегка расставлены, руки внизу. Присесть, постучать пальцами по коленям, встать. Повторить 4 раза. Перестроение из круга. Бег и ходьба друг за другом. Игровая.	Участие в беседе. Участие в двигательной деятельности: построение в колонну парами, построение в колонну с перестроением в пары, стоя на месте. Ходьба в колонне парами с высоким подниманием колена. Бег в колонне парами, чередование с бегом врассыпную. Участие в речевой деятельности. Запоминание стиха. Выполнение движений в соответствии с содержанием. Участие в подвижной русской народной игре «Пятнашки».	- ребенок отвечает на вопросы педагога; - выполняет программные элементы ходьбы и бега; -с интересом участвует в коллективных подвижных играх; - запоминает и повторяет текст стиха, самостоятельно выполняет движения в соответствии с его содержанием.

		Подвижная народная игра «Пятнашки».		
--	--	-------------------------------------	--	--

3 неделя (три занятия: первое – на освоение двигательных упражнений, второе, третье – на повторение, закрепление)

Образовательная область. Цель. Задача.	Тема	Виды и формы совместной образовательной деятельности	Индивидуальные эталоны усвоения и самостоятельная деятельность	Целевые ориентиры (результат)
Физическое развитие. Цель месяца: создание условий для становления и обогащения двигательного опыта детей по выполнению основных движений, общеразвивающих упражнений, участия в подвижных играх. Задача: обогатить двигательный опыт детей в процессе выполнения основных программных движений, общеразвивающих упражнений, участия в подвижных играх.	Тема третьей недели: «Перестроение. Ходьба и бег парами» Краткое содержание: - коммуникативная деятельность; - двигательная деятельность; - речевая деятельность; - игровая деятельность.	Коммуникативная. Беседа. Красивая осанка. Прямая спина. Двигательная. Общеразвивающие упражнения (по выбору инструктора) и основные движения по теме недели. Построение в колонну парами. Построение в колонну с перестроением в пары, стоя на месте. Ходьба в колонне парами с высоким подниманием колена. Бег в колонне парами, чередование с бегом врассыпную. Речевая. Выполнение движений по содержанию стихотворения: «Дружно парами шагаем И колени поднимаем. А сейчас мы побежали По команде «Стой!» Мы встали»... Общеразвивающие упражнения: «Пушистые цыплята». «Цыплята машут крыльями». И.п.: ноги слегка расставлены, Повторить 4 раза. «Цыплята пьют воду». И. п.: ноги на ширине плеч, руки внизу. Наклониться вперед, руки отвести назад, выпрямиться. Повторить 5 раз. «Цыплята клюют зерна» И. п.: ноги слегка расставлены, руки внизу. Присесть,	Участие в беседе. Участие в двигательной деятельности: построение в колонну парами, построение в колонну с перестроением в пары, стоя на месте. Ходьба в колонне парами с высоким подниманием колена. Бег в колонне парами, чередование с бегом врассыпную. Участие в речевой деятельности. Запоминание стиха. Выполнение движений в соответствии с содержанием. Участие в подвижной русской народной игре «Пятнашки».	- ребенок отвечает на вопросы педагога; - выполняет программные элементы ходьбы и бега; -с интересом участвует в коллективных подвижных играх; - запоминает и повторяет текст стиха, самостоятельно выполняет движения в соответствии с его содержанием.

		постучать пальцами по коленям, встать. Повторить 4 раза. Перестроение из круга. Бег и ходьба друг за другом. Игровая. Подвижная народная игра «Пятнашки».		
--	--	--	--	--

4 неделя (три занятия: первое – на освоение двигательных упражнений, второе, третье – на повторение, закрепление)

Образовательная область. Цель. Задача.	Тема	Виды и формы совместной образовательной деятельности	Индивидуальные эталоны усвоения и самостоятельная деятельность	Целевые ориентиры (результат)
Физическое развитие. Цель месяца: создание условий для становления и обогащения двигательного опыта детей по выполнению основных движений, общеразвивающих упражнений, участия в подвижных играх. Задача: обогатить двигательный опыт детей в процессе выполнения основных программных движений, общеразвивающих упражнений, участия в подвижных играх.	Тема четвертой недели: «Осанка. Ходьба и бег врассыпную. Остановка по сигналу» Краткое содержание: - коммуникативная деятельность; - двигательная деятельность; - игровая деятельность.	Коммуникативная. Беседа. Красивая осанка человека. Прямая спина. Двигательная. Ходьба. Построение в шеренгу и равнение по линии с поворотом в колонну друг за другом. Осанка. Бег. Бег по кругу, взявшись за руки со сменой направления по сигналу. Остановка по сигналу. Прыжки вверх с места с целью достать предмет. Общеразвивающие упражнения. «Погреем руки». И. п.: ноги слегка расставлены, руки внизу. Поднять согнутые руки, хлопнуть перед грудью, сказать «хлоп», опустить вниз. Повторить 4 раза. «Погреем ноги». И. п.: сидя на полу, ноги в стороны, руки внизу. Наклониться, похлопать по коленям, сказать «хлоп», выпрямиться. Повторить 4 раза. «Попрыгаем». И.п.: ноги слегка расставлены, руки внизу. Выполнить 6 прыжков на двух ногах на месте, походить на месте, вновь повторить прыжки.	Участие в беседе. Участие в двигательной деятельности: построение в шеренгу, бег по кругу, смена направления по сигналу, остановка по сигналу. Индивидуальное самостоятельное выполнение общеразвивающих упражнений. Участие в коллективных подвижных народных играх.	- ребенок отвечает на вопросы педагога; - выполняет программные элементы ходьбы и бега; - с интересом участвует в коллективных подвижных играх; - проявляет инициативу в двигательной игровой деятельности; - выполняет указания педагога (инструктора) в остановке по сигналу.

		Игровая. Подвижные народные игры «Берегись!», «Ловишки в кругу».		
--	--	---	--	--

Февраль

Календарные сроки	Содержание деятельности
1 неделя (три занятия)	Тема первой недели: «Ползаем, лазаем, играем с мячом»
2 неделя (три занятия)	Тема второй недели: «Подвижные и ловкие»
3 неделя (три занятия)	Тема третьей недели: «Ловкие и смелые»
4 неделя (три занятия)	Тема четвертой недели: спортивное развлечение «Веселые старты»

Организация двигательного режима

Физкультурные занятия	3 раза в неделю
Спортивные прогулки с использованием подвижных игровых упражнений	3 раза в неделю
Музыкально – ритмические движения	2 раза в неделю
Оздоровительный бег	Ежедневно

Обеспечение условий для эффективной физкультурно-оздоровительной работы

Соблюдение гибкого режима (совместно с воспитателем, музыкальным руководителем, родителями).
Использование спортивной предметно – развивающей среды.
Использование современного спортивного инвентаря и оборудования.
Учет возрастных особенностей, психического и физического состояния здоровья.

1 неделя (три занятия: первое – на освоение двигательных упражнений, второе, третье – на повторение, закрепление)

Образовательная область. Цель. Задача.	Тема	Виды и формы совместной образовательной деятельности	Индивидуальные эталоны усвоения и самостоятельная деятельность	Целевые ориентиры (результат)
Физическое развитие. Цель месяца: создание условий для освоения детьми	Тема первой недели: «Ползаем, лазаем, играем с мячом» Краткое содержание: - коммуникативная деятельность;	Коммуникативная. Приветствие. Беседа о правилах безопасного поведения в спортивном зале. Двигательная. Ходьба по извилистой дорожке, нарисованной мелом или обозначенной	Участие в беседе о правилах безопасного поведения в спортивном зале. Индивидуальная ходьба по извилистой дорожке.	- ребенок участвует в беседе; - самостоятельно выполняет двигательные упражнения; - соблюдает правила

программных упражнений ползания и подлезания под скамейку, игр с мячом, ходьбе по наклонной доске. Задача: упражнять детей в ползании и подлезании, бросках мяча, ходьбе по наклонной доске.	- двигательная деятельность; - игровая деятельность; - трудовая деятельность.	шнуром. Ползание и пролезание в обруч - 2 раза. И.п.: стоя держаться за обруч. Наклониться вперед и положить обруч на пол, выпрямиться и показать руки, наклониться, взять обруч и выпрямиться - 2 раза. Ходим по наклонной доске (высота над полом 10-20 см) вверх и вниз - 3 раза. Бросаем мяч двумя руками через ленту, натянутую на уровне груди ребенка - 3 раза. Игровая. Подвижная народная игра с мячом «Зеваки». Трудовая. Уборка инвентаря.	Самостоятельное ползание и пролезание в обруч. Ходьба по наклонной доске.	безопасного поведения - проявляет активность при выполнении игровых упражнений.
---	--	--	--	--

2 неделя (три занятия: первое – на освоение двигательных упражнений, второе, третье – на повторение, закрепление)

Образовательная область. Цель. Задача.	Тема	Виды и формы совместной образовательной деятельности	Индивидуальные эталоны усвоения и самостоятельная деятельность	Целевые ориентиры (результат)
Физическое развитие. Цель месяца: создание условий для освоения детьми программных упражнений ползания и подлезания под скамейку, игр с мячом, ходьбе по наклонной доске. Задача: упражнять детей в	Тема второй недели: «Подвижные и ловкие» Краткое содержание: - коммуникативная деятельность; - двигательная деятельность; - игровая деятельность; - музыкально – ритмическая деятельность; - трудовая деятельность.	Коммуникативная. Приветствие. Беседа о правилах безопасного поведения в спортивном зале. Речевая «Мы топаем ногами, мы хлопаем руками, мы руки поднимаем, мы руки опускаем, качаем головой (выполнение движений по содержанию стиха). Двигательная. Приветствие Ползание и лазание Ползание на четвереньках по прямой, «змейкой» между предметами, по наклонной	Участие в беседе о правилах безопасного поведения в спортивном зале. Индивидуальное выполнение движений по содержанию стихотворения. Самостоятельное ползание на четвереньках по прямой. Ползание между предметами. Ползание под скамейку. Перелезание через бревно.	- ребенок участвует в беседе; - самостоятельно выполняет двигательные упражнения; - соблюдает правила безопасного поведения - проявляет активность при выполнении игровых упражнений; - проявляет волевые усилия в ползании и лазании.

ползании и подлезании, бросках мяча, ходьбе по наклонной доске.		доске, ползание под скамейку, перелезание через бревно. Музыкально - ритмические упражнения. «Веселые мячики» Игровая. Подвижная игра «Толкай мяч». Трудовая. Уборка инвентаря.	Самостоятельное выполнение музыкально – ритмического упражнения «Веселые мячики». Участие в подвижной игре. Участие в уборке инвентаря.	
---	--	---	---	--

3 неделя (три занятия: первое – на освоение двигательных упражнений, второе, третье – на повторение, закрепление)

Образовательная область. Цель. Задача.	Тема	Виды и формы совместной образовательной деятельности	Индивидуальные эталоны усвоения и самостоятельная деятельность	Целевые ориентиры (результат)
Физическое развитие. Цель месяца: создание условий для освоения детьми программных упражнений ползания и подлезания под скамейку, игр с мячом, ходьбе по наклонной доске. Задача: упражнять детей в ползании и подлезании, бросках мяча, ходьбе по наклонной доске.	Тема третьей недели: «Ловкие и смелые» Краткое содержание: - коммуникативная деятельность; - речевая деятельность; - двигательная деятельность; - игровая деятельность; - музыкально - ритмическая деятельность; - трудовая деятельность.	Коммуникативная. Приветствие. Беседа о том, кто такие ловкие и смелые. Речевая. «Выше ноги поднимай! Ловко, смело ты шагай! А потом - легко беги По дорожке вдоль реки» (ходьба и бег с остановкой по сигналу) Двигательная. Перепрыгни бревнышко. Проползание в обруч, расположенный вертикально к полу, не касаясь руками пола. Ловля мяча, брошенного инструктором (расстояние 1,5 м.) Музыкально - ритмические упражнения «Упражнение с обручем», упражнение «Скачем как мячики». Игровая. Подвижная игра «Передай мяч».	Участие в беседе. Индивидуальное выполнение движений по содержанию стихотворения. Самостоятельное перепрыгивание через бревнышко. Самостоятельное проползание в обруч. Ловля мяча. Выполнение музыкально - ритмического упражнения. Участие в подвижной игре. Участие в уборке инвентаря.	- ребенок участвует в беседе; - самостоятельно выполняет двигательные упражнения; - соблюдает правила безопасного поведения - проявляет активность при выполнении игровых упражнений; - проявляет старание в ловле мяча.

		Трудовая. Уборка инвентаря.		
--	--	---------------------------------------	--	--

4 неделя (три занятия: первое – на освоение двигательных упражнений, второе, третье – на повторение, закрепление)

Образовательная область. Цель. Задача.	Тема	Виды и формы совместной образовательной деятельности	Индивидуальные эталоны усвоения и самостоятельная деятельность	Целевые ориентиры (результат)
Физическое развитие. Цель месяца: создание условий для освоения детьми программных упражнений ползания и подлезания под скамейку, игр с мячом, ходьбе по наклонной доске. Задача: упражнять детей в ползании и подлезании, бросках мяча, ходьбе по наклонной доске.	Тема четвертой недели: «Веселые старты» Содержание темы включает в себя сценарную подготовку развлечения, по пройденному программному материалу, где используются освоенные детьми упражнения, игры по выбору инструктора (педагога).	«Веселые старты» Содержание темы включает в себя сценарную подготовку развлечения, по пройденному программному материалу, где используются освоенные детьми упражнения, игры по выбору инструктора (педагога).	Участие в развлечении «Веселые старты».	- ребенок проявляет интерес и активность в коллективной двигательной деятельности.

Март

Календарные сроки	Содержание деятельности
1 неделя (три занятия)	Тема первой недели: «Координация движений»
2 неделя (три занятия)	Тема второй недели: «Ловкость и координация»
3 неделя (три занятия)	Тема третьей недели: «Разные движения»
4 неделя (три занятия)	Тема четвертой недели: итоговые занятия «Веселые игры».

Организация двигательного режима

Физкультурные занятия	3 раза в неделю
Спортивные прогулки с использованием подвижных игровых упражнений	3 раза в неделю
Музыкально – ритмические движения	2 раза в неделю
Оздоровительный бег	Ежедневно

Обеспечение условий для эффективной физкультурно-оздоровительной работы

Соблюдение гибкого режима (совместно с воспитателем, музыкальным руководителем, родителями).
Использование спортивной предметно – развивающей среды.
Использование современного спортивного инвентаря и оборудования.
Учет возрастных особенностей, психического и физического состояния здоровья.

1 неделя (три занятия: первое – на освоение двигательных упражнений, второе, третье – на повторение, закрепление)

Образовательная область. Цель. Задача.	Тема	Виды и формы совместной образовательной деятельности	Индивидуальные эталоны усвоения и самостоятельная деятельность	Целевые ориентиры (результат)
Физическое развитие. Цель месяца: создание условий для развития координации движений, быстроты и ловкости. Задача: формировать опорно-двигательный аппарат в процессе выполнения специальных двигательных	Тема первой недели: «Координация движений» Краткое содержание: -коммуникативная деятельность; - двигательная деятельность; - игровая деятельность; - трудовая деятельность.	Коммуникативная. Беседа. Для чего нужна координация движений? (использование наглядного материала, фото, видео) Вопросы. Ответы детей. Двигательная. Общеразвивающие упражнения Положения в движении головы (вверх – вниз, налево и направо) Положения в движении рук (одновременные, однонаправленные). Положения в движении туловища (наклоны). Положения в движении ног(приседания, подскоки на месте). Упражнения на развитие координации движений Упражнения с предметами: перекладывание предметов стоя, кружение с ленточкой над головой. Бег между кеглями. «Прыжки на мат». Тренировать мышцы, развивать смелость.	Участие в беседе. Ответы на вопросы. Самостоятельное выполнение движений головы, рук, туловища, ног. Самостоятельное выполнение упражнений с предметами. Участие в подвижных играх. Участие в трудовой деятельности.	- ребенок выполняет упражнения на координацию движений; - удерживает равновесие при выполнении упражнений; - понимает, как надо действовать в играх с правилами; - у ребенка сформирован опорно – двигательный

заданий и упражнений.		Игровая. «Проползи – не задень», «Пройди мишкой, проползи мышкой». Трудовая. Уборка инвентаря.		аппарат.
-----------------------	--	---	--	----------

2 неделя (три занятия: первое – на освоение двигательных упражнений, второе, третье – на повторение, закрепление)

Образовательная область. Цель. Задача.	Тема	Виды и формы совместной образовательной деятельности	Индивидуальные эталоны усвоения и самостоятельная деятельность	Целевые ориентиры (результат)
Физическое развитие. Цель месяца: создание условий для развития координации движений, быстроты и ловкости. Задача: формировать опорно – двигательный аппарат, в процессе выполнения специальных двигательных заданий и упражнений.	Тема первой недели: «Ловкость и координация» Краткое содержание: -коммуникативная деятельность; - двигательная деятельность; - игровая деятельность; - трудовая деятельность.	Коммуникативная. Беседа. Кто такие ловкие? (использование наглядного материала, фото, видео) Вопросы. Ответы детей. Двигательная. Общеразвивающие упражнения Четыре стадии ловкости 1. Балансирование 2. Координация движений 3. Программируемая ловкость 4. Самопроизвольная ловкость <u>Балансирование</u> (по показу педагога, инструктора): умение стоять, ходить и останавливаться, одновременно фокусируя внимание на центре тяжести, правильной осанке и постановке стоп. <u>Координация движений</u> (по показу педагога, инструктора): физические упражнения на координацию движений включают в себя работу ног, бег по кругу, повторение «в зеркальном отражении» движений партнера, ритмические и циклические двигательные действия. <u>Программируемая ловкость</u> (по показу педагога, инструктора):	Участие в беседе. Ответы на вопросы. Самостоятельное выполнение движений на балансирование, координацию движений, программируемую ловкость, самопроизвольную ловкость. Участие в подвижных играх. Участие в трудовой деятельности.	- ребенок выполняет упражнения на координацию движений; - удерживает равновесие при выполнении упражнений; - выполняет движения на балансирование, координацию движений, программируемую ловкость, самопроизвольную ловкость; - у ребенка сформирован опорно - двигательный

		выполнение образцов и последовательностей движений. <u>Самопроизвольная ловкость:</u> дети выполняют задания с неизвестными заранее требованиями и не по заученным образцам движений, а спонтанно. Игровая. «Тоннель». Чтобы построить тоннель необходимо установить обручи (2–4 шт.) вертикально с небольшим расстоянием друг от друга. Задание ребенка – проползти через тоннель + уже известное задание с мячиками. Трудовая. Уборка инвентаря.		аппарат.
--	--	---	--	----------

3 неделя (три занятия: первое – на освоение двигательных упражнений, второе, третье – на повторение, закрепление)

Образовательная область. Цель. Задача.	Тема	Виды и формы совместной образовательной деятельности	Индивидуальные эталоны усвоения и самостоятельная деятельность	Целевые ориентиры (результат)
Физическое развитие. Цель месяца: создание условий для развития координации движений, быстроты и ловкости. Задача: формировать опорно – двигательный аппарат в процессе выполнения специальных двигательных	Тема третьей недели: «Разные движения» Краткое содержание: -коммуникативная деятельность; - двигательная деятельность; - игровая деятельность; - трудовая деятельность.	Коммуникативная. Беседа «Об освоении правил поведения во время выполнения различных движений» Вопросы. Ответы. Двигательная. Приветствие. Ходьба в колонне по одному. Бег врассыпную. Общеразвивающие упражнения с кубиками. Поднятие кубиков через стороны вверх. Наклон вперед (поставить кубики на пол). Повороты с кубиками. Основные виды движений: ползание по гимнастической скамейке на животе, Равновесие - ходьба по гимнастической скамейке приставным шагом. Игровая. Подвижная игра «Птицы и птенчики».	Участие в беседе. Ответы на вопросы. Участие в ходьбе и беге. Самостоятельное выполнение общеразвивающих упражнений с кубиками. Ползание по гимнастической скамейке. Ходьба по гимнастической скамейке приставным шагом. Участие в подвижной игре. Участие в трудовой деятельности.	- ребенок выполняет упражнения на координацию движений; - удерживает равновесие при выполнении упражнений; - понимает, как надо действовать в играх с правилами.

заданий и упражнений.		Трудовая. Уборка инвентаря.		
-----------------------	--	---------------------------------------	--	--

4 неделя (три занятия: первое – на освоение двигательных упражнений, второе, третье – на повторение, закрепление)

Образовательная область. Цель. Задача.	Тема	Виды и формы совместной образовательной деятельности	Индивидуальные эталоны усвоения и самостоятельная деятельность	Целевые ориентиры (результат)
Физическое развитие. Цель месяца: создание условий для развития координации движений, быстроты и ловкости. Задача: формировать опорно – двигательный аппарат в процессе выполнения специальных двигательных заданий и упражнений.	Тема четвертой недели: итоговые занятия «Веселые игры». Краткое содержание: содержание 4 недели состоит из сценарной подготовки и проведения итогового занятия «Веселые игры». Необходимо использовать знакомые общеразвивающие упражнения, основные движения, подвижные игры, которые дети освоили за месяц.	Содержание 4 недели состоит из сценарной подготовки и проведения итогового занятия «Веселые игры». Необходимо использовать знакомые общеразвивающие упражнения, основные движения, подвижные игры, которые дети освоили за месяц.	Участие в итоговом занятии «Веселые игры».	- ребенок с интересом участвует в коллективной двигательной деятельности; - активно и доброжелательно общается с детьми и взрослыми.

Апрель

Календарные сроки	Содержание деятельности
1 неделя (три занятия)	Тема первой недели: «Веселые мячики».
2 неделя (три занятия)	Тема второй недели: «Весеннее настроение».
3 неделя (три занятия)	Тема третьей недели: «Веселые матрешки».
4 неделя (три занятия)	Тема четвертой недели: итоговые занятия «Весенние игры».

Организация двигательного режима

Физкультурные занятия	3 раза в неделю
Спортивные прогулки с использованием подвижных игровых упражнений	3 раза в неделю
Музыкально – ритмические движения	2 раза в неделю
Оздоровительный бег	Ежедневно

Обеспечение условий для эффективной физкультурно-оздоровительной работы

Соблюдение гибкого режима (совместно с воспитателем, музыкальным руководителем, родителями).
--

Использование спортивной предметно – развивающей среды.
Использование современного спортивного инвентаря и оборудования.
Учет возрастных особенностей, психического и физического состояния здоровья.

1 неделя (три занятия: первое – на освоение двигательных упражнений, второе – на повторение, закрепление)

Образовательная область. Цель. Задача.	Тема	Виды и формы совместной образовательной деятельности	Индивидуальные эталоны усвоения и самостоятельная деятельность	Целевые ориентиры (результат)
Физическое развитие. Цель месяца: создания условий для развития потребности в двигательной деятельности в процессе занятий по физической культуре в условиях ДОУ. Задача: формировать потребность в двигательной деятельности в процессе занятий по физической культуре в условиях ДОУ.	Тема первой недели: «Веселые мячики» Краткое содержание: - коммуникативная деятельность; - речевая деятельность; - двигательная деятельность; - игровая деятельность; - трудовая деятельность.	Коммуникативная. Беседа «Как играть с мячиком?» Речевая. Стихи и загадки о мяче (по подбору инструктора, педагога). Двигательная. Общеразвивающие упражнения с мячом. «Подними мяч». И. п.: ноги слегка расставлены, мяч внизу в обеих руках. Поднять мяч вверх, опустить вниз. Повторить 6 раз. «Положи мяч». И.п.: сидя, ноги в стороны, руки с мячом внизу. Наклониться, положить мяч, выпрямиться, опустить руки, наклониться, взять мяч, выпрямиться. Повторить 4 раза. «Приседания». И.п.; ноги слегка расставлены, руки с мячом внизу. Присесть, положить мяч на пол между ног, выпрямиться, присесть, взять мяч, встать. Повторить 4 раза. «Мяч вперед» И. п.: ноги слегка расставлены, мяч внизу, в обеих руках. Поднять мяч вперед, опустить. Повторить 2 раза. Перестроение из круга. Бег. Ходьба друг за другом. Игровая.	Участие в беседе. Запоминание стихов и отгадывание загадок. Самостоятельное выполнение упражнений с мячом. Участие в коллективной игровой деятельности. Участие в трудовой деятельности.	- ребенок умеет поддерживать беседу; - самостоятельно выполняет упражнения с предметами (мячом); - следит за своей осанкой; - реагирует на сигнал педагога, инструктора; - проявляет двигательную активность в игровой деятельности; - доброжелательно взаимодействует со сверстниками при уборке инвентаря.

		«Охотники», «Летучий мяч». Трудовая. Уборка инвентаря.		
--	--	---	--	--

2 неделя (три занятия: первое – на освоение двигательных упражнений, второе и третье – на повторение, закрепление)

Образовательная область. Цель. Задача.	Тема	Виды и формы совместной образовательной деятельности	Индивидуальные эталоны усвоения и самостоятельная деятельность	Целевые ориентиры (результат)
Физическое развитие. Цель месяца: создания условий для развития потребности в двигательной деятельности в процессе занятий по физической культуре в условиях ДОУ. Задача: формировать потребность в двигательной деятельности в процессе занятий по физической культуре в условиях ДОУ.	Тема второй недели: «Весеннее настроение» Краткое содержание: - коммуникативная деятельность; - речевая деятельность; - двигательная деятельность; - игровая деятельность; - трудовая деятельность.	Коммуникативная. Беседа «Весеннее настроение, весенние движения» Речевая. Стихи и загадки о весне (по подбору инструктора, педагога). Двигательная. Общеразвивающие упражнения «Весна» Ходьба друг за другом. Бег. Ходьба на носках. Построение в круг. «Деревья качаются». И.п.: ноги слегка расставлены, руки внизу. Руки поднять вверх, немного отвести влево, потом вправо, произнести «ш-ш-ш», опустить. Повторить 6 раз. «Кусты качаются». И.п.: ноги на ширине плеч, руки на поясе. Наклониться влево (вправо), выпрямиться. Повторить 6 раз. «Ветер». И.п.: ноги слегка расставлены, руки внизу. Поднести руки ко рту, подуть, опустить. Повторить 5 раз. «Воробышки прыгают». И.п.: то же. Прыжки на двух ногах на месте. После шести прыжков походить на месте и еще раз повторить	Участие в беседе. Запоминание стихов и отгадывание загадок. Самостоятельное выполнение упражнений. Участие в коллективной игровой деятельности. Участие в трудовой деятельности. Самостоятельное выполнение разных прыжков. Участие в игровой деятельности. Участие в трудовой деятельности.	- ребенок умеет поддерживать беседу; - самостоятельно выполняет упражнения; - следит за своей осанкой; - реагирует на сигнал педагога, инструктора; - проявляет двигательную активность в игровой деятельности; - доброжелательно взаимодействует со сверстниками при уборке инвентаря.

		прыжки. Перестроение из круга. Ходьба друг за другом. Игровая. Игры с прыжками «Переселение лягушек», «На одной ножке по дорожке» Трудовая. Уборка инвентаря.		
--	--	--	--	--

3 неделя (три занятия: первое – на освоение двигательных упражнений, второе и третье – на повторение, закрепление)

Образовательная область. Цель. Задача.	Тема	Виды и формы совместной образовательной деятельности	Индивидуальные эталоны усвоения и самостоятельная деятельность	Целевые ориентиры (результат)
Физическое развитие. Цель месяца: создания условий для развития потребности в двигательной деятельности в процессе занятий по физической культуре в условиях ДОУ. Задача: формировать потребность в двигательной деятельности в процессе занятий по физической культуре в условиях ДОУ.	Тема третьей недели: «Веселые матрешки» Краткое содержание: - коммуникативная деятельность; - речевая деятельность; - двигательная деятельность; - игровая деятельность; - трудовая деятельность.	Коммуникативная. Беседа «Весеннее настроение, весенние движения». Речевая. Считалка (для реакции на сигнал) « Колокольчик нас зовет, колокольчик нам поет. Динь – дон, динь - дон, встань и стой на счет динь – дон». Двигательная. Общеразвивающие упражнения «Матрешки» Ходьба в колонне. Легкий бег. Ходьба на носках, руки на поясе. Построение в звенья. «Матрешки пляшут». И. п.: ноги слегка расставлены, руки внизу. Развести руки в стороны, опустить, сказать «ох». Повторить 5 раз. «Матрешки кланяются». И. п. ноги на ширине плеч, руки внизу. Наклониться вперед, отвести руки назад, выпрямиться. Повторить 5 раз. «Матрешки качаются». И.п. с ноги на ширине плеч, руки на поясе. Наклониться вправо (влево), выпрямиться. Повторить 6 раз. «Прыжки».	Участие в беседе. Запоминание считалки. Самостоятельное выполнение упражнений по теме «Матрешка». Выполнение движений с прыжками. Деятельности. Самостоятельное выполнение разных прыжков. Участие в игровой деятельности. Участие в трудовой деятельности.	- ребенок умеет поддерживать беседу; - самостоятельно выполняет упражнения; - следит за своей осанкой; - реагирует на сигнал педагога, инструктора; - проявляет двигательную активность в игровой деятельности; -доброжелательно взаимодействует со сверстниками при уборке инвентаря.

		И. п.: ноги слегка расставлены, руки на поясе. Выполнить 8 прыжков на месте на двух ногах, непродолжительная ходьба на месте и вновь прыжки. Остановки по сигналу. Игровая. Игры с прыжками. «Попрыгунчики», «Лягушки в болоте», «Здравствуй, сосед!». Трудовая. Уборка инвентаря.		
--	--	--	--	--

4 неделя (три занятия: первое и второе – на освоение двигательных упражнений, третье – на закрепление)

Образовательная область. Цель. Задача.	Тема	Виды и формы совместной образовательной деятельности	Индивидуальные эталоны усвоения и самостоятельная деятельность	Целевые ориентиры (результат)
Физическое развитие. Цель месяца: создания условий для развития потребности в двигательной деятельности в процессе занятий по физической культуре в условиях ДОУ. Задача: формировать потребность в двигательной деятельности в процессе занятий по физической культуре в условиях ДОУ.	Тема четвертой недели: «Веселые игры» Итог месяца. Содержание двигательной деятельности состоит из пройденных детьми упражнений, игр, которые проводятся по игровому сценарию, с использованием речевого, музыкально - художественного сопровождения.	«Веселые игры» Итог месяца. Содержание двигательной деятельности состоит из пройденных детьми упражнений, игр, которые проводятся по игровому сценарию, с использованием речевого, музыкально - художественного сопровождения.	Участие в «Веселых играх»	- ребенок имеет навыки и опыт участия в коллективной и индивидуальной соревновательной и двигательной деятельности.

Май

Календарные сроки	Содержание деятельности
1 неделя (три занятия)	Тема первой недели: «Мониторинг освоения детьми образовательной области «Физическая культура» Ходьба и бег
2 неделя (три занятия)	Тема второй недели: «Мониторинг освоения детьми образовательной области «Физическая культура» Прыжки.

3 неделя (три занятия)	Тема третьей недели: «Мониторинг освоения детьми образовательной области «Физическая культура». Метание. Лазание.
4 неделя (три занятия)	Тема четвертой недели: «Весенние старты» Физкультурный праздник

Организация двигательного режима

Физкультурные занятия	3 раза в неделю
Спортивные прогулки с использованием подвижных игровых упражнений	3 раза в неделю
Музыкально – ритмические движения	2 раза в неделю
Оздоровительный бег	Ежедневно

Обеспечение условий для эффективной физкультурно-оздоровительной работы

Соблюдение гибкого режима (совместно с воспитателем, музыкальным руководителем, родителями).
Использование спортивной предметно – развивающей среды.
Использование современного спортивного инвентаря и оборудования.
Учет возрастных особенностей, психического и физического состояния здоровья.

1 неделя. Игровые задания, общеразвивающие программные упражнения по темам «Ходьба и бег» с учетом требований мониторинга по освоению детьми образовательной области «Физическая культура»

Образовательная область. Цель. Задача.	Тема	Виды и формы совместной образовательной деятельности	Индивидуальные эталоны усвоения и самостоятельная деятельность	Целевые ориентиры (результат)
Физическое развитие. Цель месяца: создание условий для проведения мониторинга эффективности освоения детьми программных умений и навыков в образовательной области «Физическое развитие». Задача: провести	Тема первой недели: «Ходьба и бег». Краткое содержание: проведение мониторинга эффективности освоения детьми программных умений и навыков в образовательной области «Физическое развитие» в процессе игровой двигательной деятельности.	Коммуникативная. Беседа. Ответы на вопросы. «Чему мы научились?» Двигательная. Приветствие. Ходьба с ненапряженным положением туловища и головы. Свободное движение рук. Согласованные движения рук и ног. Соблюдение направления. Инструктор (педагог) используя метод наблюдения, анализирует качество выполнения ходьбы. Бег. Бег на скорость. Туловище прямое или наклонено немного вперед. Свободное движение	Участие в беседе. Участие в двигательной деятельности. Выполнение указаний педагога при ходьбе и беге. Участие в игровой деятельности.	- ребенок отвечает на вопросы педагога; - выполняет программные элементы ходьбы и бега; - с интересом участвует в коллективных подвижных играх - доброжелательно общается со сверстниками и взрослыми.

мониторинг эффективности освоения детьми программных умений и навыков в образовательной области «Физическое развитие» в процессе игровой двигательной деятельности.		рук. Соблюдение направления с опорой на ориентиры. Инструктор (педагог), используя метод наблюдения, анализирует качество выполнения бега. Игровая. Игры с бегом: «Дорожки», «Зайка», «Пятнашки».		
---	--	--	--	--

2 неделя. Игровые задания, общеразвивающие программные упражнения по темам «Прыжки» с учетом требований мониторинга по освоению детьми образовательной области «Физическая культура»

Образовательная область. Цель. Задача.	Тема	Виды и формы совместной образовательной деятельности	Индивидуальные эталоны усвоения и самостоятельная деятельность	Целевые ориентиры (результат)
Физическое развитие. Цель месяца: создание условий для проведения мониторинга эффективности освоения детьми программных умений и навыков в образовательной области «Физическое развитие». Задача: провести мониторинг эффективности освоения детьми программных умений и навыков в образовательной области «Физическое развитие» в процессе игровой двигательной деятельности.	Тема первой недели: «Прыжки» Краткое содержание: проведение мониторинга эффективности освоения детьми программных умений и навыков в образовательной области «Физическое развитие» в процессе игровой двигательной деятельности.	Коммуникативная. Беседа. Ответы на вопросы. «Умеем ли мы прыгать?» Двигательная. Приветствие. Ходьба и бег (с чередованием) Прыжки. Прыжки в длину с места: исходное положение, толчок, полет, приземление. Прыжки в глубину (спрыгивание): толчок, полет, приземление. Инструктор (педагог), используя метод наблюдения, анализирует качество выполнения прыжков. Игровая. Игры с прыжками: «Попрыгунчики», «Переселение лягушек».	Участие в беседе. Участие в двигательной деятельности. Выполнение указаний педагога при ходьбе и беге. Участие в игровой деятельности.	- ребенок отвечает на вопросы педагога; - выполняет программные элементы ходьбы и бега; - с интересом участвует в коллективных подвижных играх; - доброжелательно общается со сверстниками и взрослыми.

3 неделя. Игровые задания, общеразвивающие программные упражнения по темам «Метание. Лазание», с учетом требований мониторинга по освоению детьми образовательной области «Физическая культура»

Образовательная область. Цель. Задача.	Тема	Виды и формы совместной образовательной деятельности	Индивидуальные эталоны усвоения и самостоятельная деятельность	Целевые ориентиры (результат)
Физическое развитие. Цель месяца: создание условий для проведения мониторинга эффективности освоения детьми программных умений и навыков в образовательной области «Физическое развитие». Задача: провести мониторинг эффективности освоения детьми программных умений и навыков в образовательной области «Физическое развитие» в процессе игровой двигательной деятельности.	Тема третьей недели: «Метание. Лазание» Краткое содержание: проведение мониторинга эффективности освоения детьми программных умений и навыков в образовательной области «Физическое развитие» в процессе игровой двигательной деятельности.	Коммуникативная. Беседа. Ответы на вопросы. «Смелые, ловкие, умелые» Двигательная. Приветствие. Ходьба и бег (с чередованием). Метание вдаль: исходное положение, замах, бросок. Метание в горизонтальную цель: исходное положение, бросок, попадание в цель. Лазание: крепкий хват руками, поочередный перехват рейки, чередующий шаг, уверенные активные движения. Инструктор (педагог), используя метод наблюдения, анализирует качество выполнения метания, лазания. Игровая. Игры с прыжками: «Попрыгунчики», «Переселение лягушек».	Участие в беседе. Участие в двигательной деятельности. Выполнение указаний педагога при ходьбе и беге. Участие в игровой деятельности.	- ребенок отвечает на вопросы педагога; - выполняет программные элементы ходьбы и бега; - с интересом участвует в коллективных подвижных играх; - доброжелательно общается со сверстниками и взрослыми.

4 неделя (три занятия: 1 и 2 – подготовка к «Веселым стартам, третье - проведение праздника). «Весенние старты» Физкультурный праздник.

Образовательная область. Цель. Задача.	Тема	Виды и формы совместной образовательной деятельности	Индивидуальные эталоны усвоения и самостоятельная деятельность	Целевые ориентиры (результат)
Физическое развитие. Цель: создание условий для проведения итогового физкультурного праздника «Веселые старты».	Тема четвертой недели: «Весенние старты» Физкультурный праздник.	«Весенние старты» Физкультурный праздник. Содержание праздника составляют пройденные детьми подвижные игры,	Участие в физкультурном празднике.	- ребенок имеет навыки и опыт участия в коллективной и индивидуальной соревновательной и

Задача: провести итоговый физкультурный праздник «Веселые старты»	Содержание праздника составляют пройденные детьми подвижные игры, игровые упражнения.	игровые упражнения.		двигательной деятельности.
---	---	---------------------	--	----------------------------

Промежуточный мониторинг (сентябрь) и итоговый мониторинг (май) (модель) освоения детьми образовательной области «Физическое развитие»

Оценка освоения основных движений детьми дошкольного возраста (оценка двигательного опыта детей в баллах)

Показатели	Оценка
1. Все элементы упражнения выполняются в полном соответствии с заданием и схемой движения	Пять баллов (отлично)
2. При выполнении простых программных движений (теста) допущена одна ошибка, существенно не изменяющая характер движения и результат.	Четыре балла (хорошо)
3. Простые программные движения выполняются с большим трудом, имеются значительные ошибки, отступления от задания.	Три балла (удовлетворительно)
4. Упражнения практически не выполняются, однако, ребенок делает попытки к его выполнению.	Два балла (неудовлетворительно)
5. Ребенок не предпринимает попыток к выполнению двигательных заданий, физически не в состоянии выполнить его.	Ноль баллов (плохо)

Качественные показатели освоения элементов техники основных движений детей 3 – 4 лет

Основные движения	Показатель
Ходьба и бег	Ходьба с ненапряженным положением туловища и головы. Свободное движение рук. Согласованные движения рук и ног. Бег. Туловище прямое или наклонено немного вперед. Свободное движение рук. Соблюдение направления.
Прыжки	Исходное положение. Небольшое приседание на слегка расставленных ногах. Толчок, отталкивание одновременно двумя ногами. Полет, ноги слегка согнуты. Приземление, мягко. На две ноги.
Метание	Исходное положение: стоя, лицом в направлении броска, ноги слегка расставлены, правая рука согнута в локте. Замах. Бросок с силой.
Лазание	Крепкий хват руками. Поочередный перехват руками рейки. Чередующий шаг. Активные, уверенные движения.

Примерный протокол проведения диагностики

Фамилия, имя ребенка	Пол	Основные движения (оценка в баллах)				Средний балл
		№1	№2	№3	И т.д.	
	м	4	5	3		4

	М					
--	---	--	--	--	--	--

Содержание психолого – педагогической работы.

Рекомендации воспитателю. Физкультурно – игровая деятельность.

«Физическая культура, здоровье, безопасность»:

Ребенок старается ходить прямо, сохраняя заданное направление, бегать, изменяя направление и темп в соответствии с указаниями взрослого; сохраняет равновесие при ходьбе и беге по ограниченной плоскости, при перешагивании через предметы; может ползать на четвереньках, лазать по лесенке-стремянке, гимнастической стенке произвольным способом; прыгает в длину с места;

катает мяч в заданном направлении, бросает двумя руками от груди, из-за головы, ударяет мячом об пол, бросает его вверх и ловит;

метает предметы правой и левой рукой на расстояние;

сформирована потребность в двигательной активности: проявляет положительные эмоции при физической активности, в самостоятельной двигательной деятельности;

пользуется физкультурным оборудованием в свободное время.

Социально – коммуникативное развитие:

проявляет доброжелательность по отношению к окружающим, откликается на эмоции близких людей и друзей, умеет действовать совместно в подвижных играх и физических упражнениях, соблюдает правила в совместных играх, проявляет доброжелательное отношение к окружающим, умеет делиться с товарищем;

имеет опыт правильной оценки хороших и плохих поступков;

способен самостоятельно выполнять элементарные поручения, преодолевать небольшие трудности.

Речевое развитие:

запоминает и повторяет спортивные считалки и загадки, способен поддерживать беседу, отвечать на вопросы, владеет устной речью, может выражать свои мысли и желания.

Познавательное развитие:

различает по цвету и форме различный инвентарь и игровое оборудование, ориентируется в ритме и темпе выполнения движений.

Художественно – эстетическое развитие:

проявляет эстетическое отношение к словесному, музыкальному сопровождению.

Подвижные игры в повседневной жизни для детей 3 – 4 лет

Месяц	Название игры	Индивидуальные эталоны усвоения и самостоятельная двигательная деятельность
-------	---------------	---

Сентябрь	«Ходим – бегаем», «По тропинке», «Догони меня», «Обезьянки» «Найди мяч».	1. Ходим по сигналу. 2. Равновесие - ходьба по ограниченной поверхности. 3. Ходим и бегаем, меняя направление на определенный сигнал. 4. Ползаем. 5. Подлезаем под веревку. 6. Бросаем предмет вдаль правой и левой рукой. 7. Слушаем стихи и выполняем характерные движения персонажей.
Октябрь	«Автомобиль», «Догоните меня», «Воробышки и автомобиль», «Пробеги и не сбей», «Поезд».	1. Ходим – бегаем по сигналу (автомобиль едет то медленно, то быстро). 2. Бегаем – догоняем, в разных направлениях, останавливаемся по сигналу. 3. Прыгаем легко, как воробышки, сохраняя равновесие, прыжки вперед на двух ногах, слышим – когда появляется автомобиль. 4. Равновесие - побеги, не задень предмет. 5. Едем на поезде. Остановка, ходим по гимнастической скамейке, ходим парами в определенном направлении. 6. Бросаем и ловим мяч.
Ноябрь	«Скорее в круг», «Пружинки», «Машина» «Пройди как Мишка», «Проползи как мышка».	1. Ходим по кругу, взявшись за руки, на носочках. Бегаем враспынную. По сигналу возвращаемся в круг. 2. Мягко пружиним в коленях. 3. Ходим как Мишки. 4. Ползаем как мышки 5. Переступаем через препятствия. 7. Реагируем на сигнал. 6. Ловко крутим руль машины. Едем домой.
Декабрь	«Охотники и Зайцы», «Меткий стрелок», «Попади в мишень», «В зоопарке», «Лазающие обезьянки».	1. Развиваем внимание и координацию движений. 2. Развиваем меткость попадания в мишень. 3. Лазаем по гимнастической стенке. 4. Ходим по гимнастической скамейке. 5. Прыгаем в длину с места, сохраняя чувство равновесия.
Январь	«Стой!», «Пушистые цыплята», «Берегись!», «Ловишки в кругу», «Попрыгаем».	1. Выполняем характерные движения 2. Реагируем на сигнал. 3. Выполняем задания. 4. Движения под музыку. 5. Закрепляем умения ходить и бегать, прыгать.

Февраль	«Зеваки», «Веселые мячики», «Толкай мяч», «Играем с обручем».	1. Катаем мяч в цель, толкаем мяч, прыгаем как мячики. 2. Развиваем внимание «Зеваки». 3. Катаем обруч друг другу. 4. Пролезаем в обруч. 5. Прыгаем в обруч. 6. Развиваем смелость и точность.
Март	«Бег с ленточкой над головой», «Проползи – не задень», «Бег между кеглями», «Тоннель», «Птицы и птенчики».	1. Учимся бегать с лентой над головой. Бег с предметом. Сохраняем направление бега. 2. Ползаем на четвереньках. Ползаем, не задевая кегли. 3. Бегаем между кеглями. 4. Пролезаем в тоннель. 5. Развиваем внимание «Птицы и птенчики».
Апрель	«Попрыгунчики», «Лягушки в болоте», «Здравствуй, сосед!».	1. Ходим по гимнастической скамейке и прыгаем в глубину. 2. Развиваем чувство равновесия и координации движений, прыгаем как лягушки, прыгаем по музыку. 3. Повторяем, закрепляем. Любимая игра «Здравствуй, сосед!».
Май	«Дорожки», «Зайка», «Пятнашки», «Попрыгунчики», «Переселение лягушек».	1. Закреплять умение ходить по наклонной дорожке. 2. Прыгаем в высоту, в длину с места. 3. Ползаем и подлезает под дугу. 4. Развиваем координацию движений, ориентировку в пространстве, ловкость и самостоятельность.

Примерное планирование образовательной деятельности по физическому развитию детей 4 – 5 лет.

Сентябрь

Календарные сроки	Содержание деятельности
1 неделя (три занятия)	Тема первой недели: «Ходьба и бег. Равновесие»
2 неделя (три занятия)	Тема второй недели: «Ходьба и бег по сигналу. Прыжки»
3 неделя (три занятия)	Тема третьей недели: «Мы ловкие и смелые»
4 неделя (три занятия)	Семейно – групповой спортивный праздник. Эстафета.

Организация двигательного режима

Физкультурные занятия	3 раза в неделю
Спортивные прогулки с использованием подвижных игровых упражнений	3 раза в неделю
Музыкально – ритмические движения	2 раза в неделю
Оздоровительный бег	Ежедневно

Обеспечение условий для эффективной физкультурно-оздоровительной работы

Соблюдение гибкого режима (совместно с воспитателем, музыкальным руководителем, родителями).
Использование спортивной предметно – развивающей среды.
Использование современного спортивного инвентаря и оборудования.
Учет возрастных особенностей и физического состояния здоровья.

1 неделя (три занятия: первое на ознакомление, второе и третье на повторение, закрепление)

Образовательная область. Цель. Задача.	Тема	Виды и формы совместной образовательной деятельности	Индивидуальные эталоны усвоения и самостоятельная деятельность	Целевые ориентиры (результат)
Физическое развитие. Цель месяца: создание условий для закрепления двигательного опыта в процессе разных видов деятельности. Задача: научить простейшим	Тема первой недели: «Ходьба и бег. Равновесие» Краткое содержание: - коммуникативная деятельность; - двигательная деятельность; - речевая деятельность; - художественно – эстетическая	Коммуникативная. Краткая беседа о пользе движений для человека. Двигательная. Построение в шеренгу. Сигнал к ходьбе. Бег. Упражнения в ходьбе и беге чередуются. (Для того чтобы ходьба и бег не переходили в ходьбу по кругу, необходимо по углам зала поставить ориентиры кегли, кубики). Общеразвивающие упражнения (по выбору педагога).	- ребенок участвует в беседе; - самостоятельно выполняет с чередованием ходьбу и бег; - выполняет общеразвивающие упражнения; - слушает, запоминает и одновременно выполняет движения в ритме стиха;	- умеет ходить прямо, поднимая ноги в коленях, сохраняя заданное направление; - выполняет легкий бег; - проявляет интерес к участию в совместных играх и физических упражнениях; - умеет реагировать на сигналы «беги», «стой»;

двигательным навыкам в процессе выполнения программных двигательных заданий.	деятельность; - игровая деятельность.	Основные движения по теме недели. Упражнения в равновесии. Прыжки на двух ногах на месте с поворотом кругом вправо и влево. Речевая. «По ровненькой дорожке, По ровненькой дорожке, Бежали наши ножки. Раз-два, раз-два»... Художественно – эстетическая. Слушаем музыку «Марш и бег» Задания. Определить, под какую музыку надо шагать, а под какую бегать. Игровая. Подвижная игра «Найди себе пару».	- слушает музыку; - участвует в игровой деятельности.	- дружелюбно общается со сверстниками и взрослыми в двигательной и игровой деятельности.
--	--	---	--	--

2 неделя (три занятия: первое на ознакомление, второе и третье на повторение, закрепление)

Образовательная область. Цель. Задача.	Тема	Виды и формы совместной образовательной деятельности	Индивидуальные эталоны усвоения и самостоятельная деятельность	Целевые ориентиры (результат)
Физическое развитие. Цель месяца: создание условий для закрепления двигательного опыта в процессе разных видов деятельности. Задача: научить простейшим двигательным навыкам в процессе	Тема второй недели: «Ходьба и бег по сигналу. Прыжки» Краткое содержание: - коммуникативная деятельность; - двигательная деятельность; - речевая деятельность; - игровая деятельность	Коммуникативная. Беседа о пользе движения и двигательных упражнений. Двигательная. Ходьба и бег в колонне по одному. Бег врассыпную по сигналу. Общеразвивающие игровые упражнения. « Не пропусти мяч» (прокатывание мяча по сигналу). «Не задень». Основные движения по теме недели. Прыжки на двух ногах между предметами. Задания выполняются двумя командами.	- ребенок участвует в беседе; - участие в двигательной деятельности, выполнение игровых упражнений; - выполнение игровых движений в ритм стиха; - участие в подвижных играх.	- ребенок может поддерживать беседу; - умеет ходить прямо, сохраняя заданное направление; - выполняет легкий бег; - проявляет интерес к участию в совместных играх и физических упражнениях; - с интересом слушает стихи и выполняет характерные движения;

выполнения программных двигательных заданий		Речевая. «Поднимайтесь на носочки. Словно тянетесь к цветочкам. Раз, два, три четыре, пять Повторите – ка опять!» (выполнение движений) Игровая. Подвижные игры «Автомобили», «Найдем воробышка».		- взаимодействует со сверстниками и взрослыми; - проявляет инициативу в подвижных играх.
---	--	--	--	---

3 неделя (три занятия: первое на ознакомление, второе и третье на повторение, закрепление)

Образовательная область. Цель. Задача.	Тема	Виды и формы совместной образовательной деятельности	Индивидуальные эталоны усвоения и самостоятельная деятельность	Целевые ориентиры (результат)
Физическое развитие. Цель месяца: создание условий для закрепления двигательного опыта в процессе разных видов деятельности. Задача: научить простейшим двигательным навыкам в процессе выполнения программных двигательных заданий.	Тема третьей недели: «Мы ловкие и смелые» Краткое содержание: - коммуникативная деятельность; - познавательная – исследовательская деятельность; - двигательная деятельность; - игровая деятельность; - трудовая деятельность.	Коммуникативная. Краткая беседа о правилах безопасности при выполнении движений. Познавательная – исследовательская. Какой шнур (веревка) длиннее. Как это определить (выполнение исследовательских действий). Двигательная. Ходьба и бег по одному на носках, по сигналу. Общеразвивающие игровые упражнения и основные движения. Ползание на четвереньках по прямой между предметами. «Прокати обруч». Дети стоят в две шеренги напротив друг друга. У каждого ребенка одной шеренги обруч. По команде «Покатали» дети прокатывают обруч друг другу. Игровая.	Участие в беседе. Участие в исследовательской деятельности. Самостоятельное выполнение общеразвивающих упражнений: ползание на четвереньках по прямой между предметами. Самостоятельное прокатывание обруча. Участие в подвижной игре. Участие в трудовой деятельности.	- ребенок может поддерживать беседу; - проявляет волевые усилия в выполнении двигательных заданий; - проявляет инициативу в подвижных играх; - проявляет активность в трудовой деятельности.

		Подвижная игра «Воробышки и кот» Трудовая. Уборка оборудования.		
--	--	--	--	--

4 неделя (три занятия: первое на ознакомление, второе и третье на повторение, закрепление)

Образовательная область. Цель. Задача.	Тема	Виды и формы совместной образовательной деятельности	Индивидуальные эталоны усвоения и самостоятельная деятельность	Целевые ориентиры (результат)
Семейно – групповой спортивный праздник. Эстафета. Цель: создание условий для организации совместного участия детей и родителей в спортивной жизни детского сада. Задача: приобщить детей и родителей к совместной игровой соревновательной деятельности.	Подготовка к семейно – групповому празднику. Семейно – групповой спортивный праздник. Эстафета. Содержание состоит из знакомых детям игровых упражнений, подвижных игр. Эстафета носит соревновательный характер.	Двигательная. Эстафета. Содержание состоит из знакомых детям игровых упражнений, подвижных игр. Эстафета носит соревновательный характер.	Участие в семейно – групповом спортивном празднике.	- ребенок проявляет спортивный интерес и активность в совместной и индивидуальной двигательной деятельности.

Октябрь

Календарные сроки	Содержание деятельности
1 неделя (два занятия)	Тема первой недели: «Любимые движения»
2 неделя (три занятия)	Тема второй недели: «Развитие координации движений. Упражнения с предметами»
3 неделя (три занятия)	Тема третьей недели: «Веселый мяч»
4 неделя (три занятия)	Тема четвертой недели «Прыжки. Метание»

Организация двигательного режима

Физкультурные занятия	3 раза в неделю
Спортивные прогулки с использованием подвижных игровых упражнений	3 раза в неделю
Музыкально – ритмические движения	2 раза в неделю

Оздоровительный бег	Ежедневно
---------------------	-----------

Обеспечение условий для эффективной физкультурно-оздоровительной работы

Соблюдение гибкого режима (совместно с воспитателем, музыкальным руководителем, родителями).
Использование спортивной предметно – развивающей среды.
Использование современного спортивного инвентаря и оборудования.
Учет возрастных особенностей, психического и физического состояния здоровья.

1 неделя (три занятия: первое - на освоение двигательных упражнений, второе на повторение, закрепление)

Образовательная область. Цель. Задача.	Тема	Виды и формы совместной образовательной деятельности	Индивидуальные эталоны усвоения и самостоятельная деятельность	Целевые ориентиры (результат)
Физическое развитие. Цель месяца: создание условий для формирования опорно – двигательной системы детского организма, развития равновесия, координации движений в процессе занятий физической культурой. Задача: формировать опорно – двигательную систему детского организма, развитие равновесия, координацию движений в процессе	Тема первой недели: «Любимые движения» Краткое содержание: - коммуникативная деятельность; - двигательная деятельность; - речевая деятельность; - художественно - эстетическая деятельность; - игровая деятельность.	Коммуникативная. Беседа. «Какие движения мы знаем? Какие любим?». Двигательная. Общеразвивающие упражнения по выбору педагога. Основные движения. Художественно – эстетическая. Музыкально – ритмические упражнения. Маршируем. «Марш» музыка Е.Тиличевой. «Бег с остановками» венгерская народная мелодия, обработка И. Арсеева. «Поскоки» музыка Е. Тиличевой. Движение и речь: «Наши алые цветочки Распускают лепестки. Ветерок чуть дышит, Лепестки колыхет» (выполнение движений). Ходьба – сохранение устойчивого равновесия.	Участие в беседе о различных движениях. Самостоятельное выполнение двигательных упражнений: ходьбы, бега. Самостоятельное выполнение музыкально - ритмических упражнений. Выполнение движений по содержанию стихотворения. Участие в коллективных подвижных играх.	- ребенок использует речь для выражения своих мыслей; - способен самостоятельно выполнять двигательные упражнения; -следует социальным нормам поведения в подвижных играх; - проявляет волевые усилия при освоении основных движений; - доброжелательно взаимодействует со сверстниками и взрослыми на занятиях по физической культуре.

занятий физической культурой.		Равновесие – ходьба по гимнастической скамейке. Прыжки с продвижением вперед. Игровая. Подвижная игра «Кто скорее добежит до кубика».		
-------------------------------	--	---	--	--

2 неделя (три занятия: первое - на освоение двигательных упражнений, второе и третье на повторение, закрепление)

Образовательная область. Цель. Задача.	Тема	Виды и формы совместной образовательной деятельности	Индивидуальные эталоны усвоения и самостоятельная деятельность	Целевые ориентиры (результат)
Физическое развитие. Цель месяца: создание условий для обогащения детского двигательного опыта, освоения основных движений. Задача: обогатить двигательный опыт детей в процессе освоения основных движений.	Тема второй недели: «Развитие координации движений. Упражнения с предметами» Краткое содержание: - коммуникативная деятельность; - двигательная деятельность; - художественно – эстетическая деятельность; - игровая деятельность; - трудовая деятельность.	Коммуникативная. Беседа о правилах безопасного поведения при выполнении движений. Двигательная. Общеразвивающие упражнения (по выбору педагога, инструктора). Речь и движение. «Раз – согнуться – разогнуться. Два – нагнуться, подтянуться. Три – в ладоши три хлопка. Головою три кивка» (выполнение движений в ритме стиха). Основные движения по теме недели. Ходьба по гимнастической скамейке с удержанием равновесия. Упражнения с предметами. Ловля мяча «Мячик кверху» Трудовая. Уборка спортивного инвентаря.	Участие в беседе о правилах безопасного поведения при выполнении движений. Самостоятельное выполнение двигательных упражнений: ходьба по дорожкам – доскам в виде препятствий Самостоятельное выполнение музыкально – ритмических упражнений. Участие в трудовой деятельности.	- ребенок владеет устной речью; - способен самостоятельно выполнять двигательные упражнения; - следует социальным нормам поведения в подвижных играх; - проявляет активность в трудовой деятельности.

3 неделя (три занятия: первое - на освоение двигательных упражнений, второе и третье на повторение, закрепление)

Образовательная область. Цель. Задача.	Тема	Виды и формы совместной образовательной деятельности	Индивидуальные эталоны усвоения и самостоятельная деятельность	Целевые ориентиры (результат)
Физическое развитие. Цель месяца: создание условий для обогащения детского двигательного опыта, освоения основных движений. Задача: обогатить двигательный опыт детей в процессе освоения основных движений.	Тема третьей недели: «Веселый мяч» Краткое содержание: - коммуникативная деятельность; - двигательная деятельность; - художественно – эстетическая деятельность; - игровая деятельность; - трудовая деятельность.	Коммуникативная. Рассказ об играх с мячом. Вопросы. Ответы. Двигательная. Общеразвивающие упражнения и основные движения с мячом: - подбрасывание мяча; - ловля мяча; - ловля мяча двумя руками; - индивидуальные действия с мячом; - коллективные действия с мячом; - чередование ходьбы и бега со средней скоростью. Художественно – эстетическая. Музыкально – ритмические движения «Веселые мячики» Музыка В. Витлина Трудовая. Уборка спортивного инвентаря.	Участие в коммуникативной деятельности, ответы на вопросы. Самостоятельное выполнение общеразвивающих упражнений. Самостоятельное выполнение игровых движений с мячом. Самостоятельное выполнение музыкально – ритмических упражнений. Участие в трудовой деятельности.	- ребенок владеет устной речью; - способен самостоятельно выполнять двигательные упражнения; - реагирует на сигналы педагога; - проявляет активность в трудовой деятельности.

4 неделя (три занятия: первое - на освоение двигательных упражнений, второе и третье на повторение, закрепление)

Образовательная область. Цель. Задача.	Тема	Виды и формы совместной образовательной деятельности	Индивидуальные эталоны усвоения и самостоятельная деятельность	Целевые ориентиры (результат)
Физическое развитие. Цель месяца: создание условий для обогащения детского двигательного	Тема четвертой недели «Прыжки. Метание» Краткое содержание: - коммуникативная деятельность; - двигательная	Коммуникативная. Беседа о правилах безопасного выполнения движений при прыжках и метании. Двигательная. Общеразвивающие упражнения: - чередование ходьбы и бега. Остановка и начало движения по сигналу.	Участие в коммуникативной деятельности, ответы на вопросы. Самостоятельное выполнение общеразвивающих	- ребенок участвует в беседе; - самостоятельно выполняет двигательные упражнения; - реагирует на сигналы педагога;

опыта, освоения основных движений. Задача: обогатить двигательный опыт детей в процессе освоения основных движений.	деятельность; - художественно – эстетическая деятельность; - игровая деятельность; - трудовая деятельность.	Основные движения по теме недели. Прыжки: исходное положение, приседание, толчок – отталкивание двумя ногами. Метание вдаль. Исходное положение, замах, бросок. Художественно – эстетическая. Музыкально – ритмические движения «Прыжки и бег» музыка А. Серова Трудовая. Уборка спортивного инвентаря.	упражнений. Самостоятельное выполнение прыжков из исходного положения. Самостоятельное метание вдаль. Самостоятельное выполнение музыкально - ритмических упражнений. Участие в трудовой деятельности.	- соблюдает правила безопасного поведения при выполнении прыжков и метания; - проявляет активность в трудовой деятельности.
--	--	---	---	---

Ноябрь

Календарные сроки	Содержание деятельности
1 неделя (три занятия)	Тема первой недели: «Лазание. Прыжки»
2 неделя (три занятия)	Тема второй недели: «Движение и дыхание»
3 неделя (три занятия)	Тема третьей недели: «Развитие координации движений»
4 неделя (три занятия)	Тема четвертой недели: спортивно - музыкального развлечения: «Осенние старты».

Организация двигательного режима

Физкультурные занятия	3 раза в неделю
Спортивные прогулки с использованием подвижных игровых упражнений	3 раза в неделю
Музыкально – ритмические движения	2 раза в неделю
Оздоровительный бег	Ежедневно

Обеспечение условий для эффективной физкультурно-оздоровительной работы

Соблюдение гибкого режима (совместно с воспитателем, музыкальным руководителем, родителями).
Использование спортивной предметно – развивающей среды.
Использование современного спортивного инвентаря и оборудования.
Учет возрастных особенностей, психического и физического состояния здоровья.

1 неделя (три занятия: первое - на освоение двигательных упражнений, второе на повторение, закрепление)

Образовательная область. Цель. Задача.	Тема	Виды и формы совместной образовательной деятельности	Индивидуальные эталоны усвоения и самостоятельная	Целевые ориентиры (результат)
--	------	--	---	-------------------------------

			деятельность	
Физическое развитие. Цель месяца: создание условий для формирования потребности в ежедневной двигательной деятельности. Задача: формировать потребность в ежедневной двигательной деятельности в процессе освоения разных видов движений.	Тема первой недели: «Лазание. Прыжки» Краткое содержание: - коммуникативная деятельность; - двигательная деятельность; - игровая деятельность; - трудовая деятельность.	Коммуникативная. Приветствие. Повторение правил безопасного поведения во время лазания и прыжков. Двигательная. Построение. Основная ходьба. Бег с изменением темпа. Комплекс общеразвивающих упражнений. Построение в шеренгу. Проверка осанки, равновесия. Упражнения с кеглей. Исходное положение. Стойка – ноги врозь. Кегля в правой руке. Поднять руки через стороны вверх, переложить кеглю в другую руку. Опустить кеглю (и другие упражнения). Основные движения по теме недели. Подлезание под дугу высотой 50 сантиметров. Прыжки на двух ногах с набивными мячами. Игровая. Подвижная игра «Кот и мыши». Трудовая. Уборка оборудования.	Участие в повторении правил безопасного поведения во время занятий физической культурой. Участие в разных видах двигательной деятельности. Самостоятельное выполнение комплекса общеразвивающих упражнений. Участие в подвижной игре. Участие в трудовой деятельности.	- ребенок принимает участие в беседе; - самостоятельно выполняет двигательные упражнения; - соблюдает правила безопасного поведения - проявляет активность при выполнении игровых упражнений; - проявляет ловкость при подлезании под дугу; - с интересом участвует в трудовой деятельности.

2 неделя (три занятия: первое - на освоение двигательных упражнений, второе и третье на повторение, закрепление)

Образовательная область. Цель. Задача.	Тема	Виды и формы совместной образовательной деятельности	Индивидуальные эталоны усвоения и самостоятельная деятельность	Целевые ориентиры (результат)
Физическое развитие. Цель месяца: создание условий	Тема второй недели: «Движение и дыхание» Краткое содержание:	Коммуникативная. Беседа о правильном дыхании во время выполнения движений.	Участие в беседе. Самостоятельное выполнение комплекса общеразвивающих	- ребенок может поддержать беседу; - самостоятельно, с волевыми усилиями

для формирования потребности в ежедневной двигательной деятельности. Задача: формировать потребность в ежедневной двигательной деятельности в процессе освоения разных видов движений.	- коммуникативная деятельность; - двигательная деятельность; - игровая деятельность; - трудовая деятельность.	Двигательная. Общеразвивающие упражнения и основные движения: - дыхание и движение «Насос», «Часики», «Крылья»; - бег с небольшой скоростью (по индивидуальным заданиям педагога); - медленный бег (примерно 20 м- 25 метров); - ходьба по наклонным доскам (прямо). Игровая. Подвижная игра «Великаны и гномы». Трудовая. Уборка оборудования.	упражнений. Участие в игровой деятельности. Участие в трудовой деятельности.	выполняет двигательные упражнения; - соблюдает правила безопасного поведения; - проявляет старание и активность при выполнении игровых упражнений; - участвует в коллективной трудовой деятельности.
--	--	---	--	---

3 неделя (три занятия: первое - на освоение двигательных упражнений, второе и третье на повторение, закрепление)

Образовательная область. Цель. Задача.	Тема	Виды и формы совместной образовательной деятельности	Индивидуальные эталоны усвоения и самостоятельная деятельность	Целевые ориентиры (результат)
Физическое развитие. Цель месяца: создание условий для формирования потребности в ежедневной двигательной деятельности. Задача: формировать потребность в ежедневной двигательной деятельности в процессе	Тема третьей недели: «Развитие координации движений. Упражнения и игры с мячом». Краткое содержание: - коммуникативная деятельность; - двигательная деятельность; - интеграция (движение и речь)	Коммуникативная. Беседа о безопасном поведении при выполнении движений. Двигательная. Общеразвивающие упражнения. Построение. Основная ходьба. Ходьба и бег. Бег с изменением темпа. Дыхательные упражнения. Основные движения по теме недели. Игровые упражнения «Мяч в сетку», «Подбрось и поймай», «Успей поймать». Игровая.	Участие в беседе. Самостоятельное выполнение общеразвивающих упражнений. Участие в игровой деятельности. Индивидуальное выполнение дыхательных упражнений. Участие в трудовой деятельности.	- ребенок участвует в беседе; - самостоятельно выполняет двигательные упражнения; - соблюдает правила безопасного поведения - проявляет активность при выполнении игровых упражнений; - проявляет активность в трудовой деятельности.

освоения разных видов движений.	- игровая деятельность; - трудовая деятельность	«Найди свой цвет». Трудовая. Уборка оборудования.		
---------------------------------	--	--	--	--

4 неделя (три занятия: первое - на освоение двигательных упражнений, второе и третье на повторение, закрепление)

Образовательная область. Цель. Задача.	Тема	Виды и формы совместной образовательной деятельности	Индивидуальные эталоны усвоения и самостоятельная деятельность	Целевые ориентиры (результат)
Физическое развитие. Цель месяца: создание условий для формирования потребности в ежедневной двигательной деятельности. Задача: формировать потребность в ежедневной двигательной деятельности в процессе освоения разных видов движений.	Тема четвертой недели «Осенние старты» Подготовка и проведение осеннего спортивного праздника. Содержание спортивного праздника составляют игры, задания, игровые упражнения, состязания, которые состоят из освоенных детьми движений.	Коммуникативная. Беседа о том, как будут проходить «Осенние старты». Определение участников, команд. Содержание спортивного праздника составляют игры, задания, игровые упражнения, состязания, которые состоят из освоенных детьми движений.	Участие в спортивном празднике «Веселые старты»	- ребенок с интересом участвует в соревновательных коллективных играх.

Декабрь

Календарные сроки	Содержание деятельности
1 неделя (три занятия)	Тема первой недели: Ходьба, бег, равновесие.
2 неделя (три занятия)	Тема второй недели: Прыжки, бросание, метание, ловля.
3 неделя (три занятия)	Тема третьей недели: Ползание, лазание.
4 неделя (три занятия)	Тема четвертой недели: Развитие силовых качеств.

Организация двигательного режима

Физкультурные занятия	3 раза в неделю
Спортивные прогулки с использованием подвижных игровых упражнений	3 раза в неделю
Музыкально – ритмические движения	2 раза в неделю
Оздоровительный бег	Ежедневно

Обеспечение условий для эффективной физкультурно-оздоровительной работы

Соблюдение гибкого режима (совместно с воспитателем, музыкальным руководителем, родителями).
Использование спортивной предметно – развивающей среды.
Использование современного спортивного инвентаря и оборудования.
Учет возрастных особенностей, психического и физического состояния здоровья.

1 неделя (три занятия: первое - на освоение двигательных упражнений, второе и третье на повторение, закрепление)

Образовательная область. Цель. Задача.	Тема	Виды и формы совместной образовательной деятельности	Индивидуальные эталоны усвоения и самостоятельная деятельность	Целевые ориентиры (результат)
Физическое развитие. Цель месяца: создание условий для формирования потребности в ежедневной двигательной деятельности. Задача: формировать потребность в ежедневной двигательной деятельности в процессе освоения разных видов движений.	Тема первой недели: «Ходьба, бег, равновесие» Краткое содержание: - коммуникативная деятельность; - двигательная деятельность; - интеграция (движение и речь) - игровая деятельность; - трудовая деятельность	Коммуникативная. Беседа. «Ходьба, бег, равновесие. Что мы умеем?» Двигательная. Приветствие. Ходьба обычная, на носках, на пятках, с полуприседанием, «змейкой», со сменой темпа. Основные движения по теме недели. Равновесие. Ходьба по бревну (высота 20 – 25 сантиметров), с мешочком на голове. Бег. В колонне по одному, парами, «змейкой» между предметами, со сменой ведущего и сменой темпа, бег со старта с разных позиций. Бег на скорость (15 – 20 метров). Игровая. «Лошадки», «С кочки на кочку».	Участие в беседе. Участие в двигательной деятельности. Выполнение указаний педагога при ходьбе и беге. Выполнение упражнений на бревне. Участие в игровой деятельности.	- ребенок отвечает на вопросы педагога, может поддержать беседу; - выполняет программные элементы ходьбы и бега, удержания равновесия - с интересом участвует в коллективных подвижных играх; - проявляет инициативу в подвижных играх.

2 неделя (три занятия: первое - на освоение двигательных упражнений, второе и третье на повторение, закрепление)

Образовательная область. Цель. Задача.	Тема	Виды и формы совместной образовательной деятельности	Индивидуальные эталоны усвоения и самостоятельная	Целевые ориентиры (результат)
--	------	--	---	-------------------------------

			деятельность	
Физическое развитие. Цель месяца: создание условий для формирования потребности в ежедневной двигательной деятельности. Задача: формировать потребность в ежедневной двигательной деятельности в процессе освоения разных видов движений.	Тема второй недели: «Прыжки, бросание, метание, ловля» Краткое содержание: - коммуникативная деятельность; - двигательная деятельность; - интеграция (движение и речь) - игровая деятельность; - трудовая деятельность	Коммуникативная. Беседа о правилах безопасности при выполнении прыжков, бросания, метания. Ловли. Двигательная. Прыжки на двух ногах с поворотом кругом, со сменой ног, с хлопками над головой, прыжки с продвижением вперед (2- 3 метра), прыжки через предметы, Прыжки в длину с места (50 – 70 сантиметров). Бросание, ловля, метание. Катание мяча, обруча между предметами, прокатывание мяча из разных исходных положений. Бросание мяча вверх, ловля мяча. Отбивание мяча одной и двумя руками. Бросание мяча друг другу. Метание предмета на дальность (5 метров). Метание в горизонтальную цель (расстояние 2 – 2,5 метра). Игровая. Игры: «Кто дальше прыгнет», «Поймай мяч», «Меткие стрелки».	Участие в беседе. Участие в двигательной деятельности. Выполнение указаний педагога при прыжках, бросании, ловле, метании. Участие в игровой деятельности.	- ребенок отвечает на вопросы педагога; - выполняет программные движения, связанные с прыжками, бросанием, метанием, ловлей; -с интересом участвует в коллективных подвижных играх.

3 неделя (три занятия: первое - на освоение двигательных упражнений, второе и третье на повторение, закрепление)

Образовательная область. Цель. Задача.	Тема	Виды и формы совместной образовательной деятельности	Индивидуальные эталоны усвоения и самостоятельная деятельность	Целевые ориентиры (результат)
Физическое развитие. Цель месяца:	Тема третьей недели: «Ползание. Лазание» Краткое содержание:	Коммуникативная. Беседа. Безопасные правила поведения при выполнении движений.	Участие в беседе. Участие в двигательной деятельности.	- ребенок отвечает на вопросы педагога; - выполняет

создание условий для формирования потребности в ежедневной двигательной деятельности. Задача: формировать потребность в ежедневной двигательной деятельности в процессе освоения разных видов движений.	- коммуникативная деятельность; - двигательная деятельность; - интеграция (движение и речь) - игровая деятельность; - трудовая деятельность	Двигательная. Ползание и лазание. Подлезание на четвереньках между предметами (6 -8 метров). Ползание по гимнастической скамейке на животе. Подлезание под препятствием. Лазание с опорой на стопы и ладони по доске. Лазание по гимнастической стенке (высота 1,5 метра). Перелезание с одного пролета на другой. Игровая. Игры на лыжах: «Карусель в лесу», «Ворота».	Выполнение указаний педагога при ползании, лазании. Участие в игровой деятельности.	программные движения, связанные с ползанием, лазанием; -с интересом участвует в коллективных подвижных играх.
--	---	---	--	--

4 неделя (три занятия: первое - на освоение двигательных упражнений, второе и третье на повторение, закрепление)

Образовательная область. Цель. Задача.	Тема	Виды и формы совместной образовательной деятельности	Индивидуальные эталоны усвоения и самостоятельная деятельность	Целевые ориентиры (результат)
Физическое развитие. Цель месяца: создание условий для формирования потребности в ежедневной двигательной деятельности. Задача: формировать	Тема третьей недели: «Развитие силовых качеств» Краткое содержание: - коммуникативная деятельность; - двигательная деятельность; - интеграция (движение и речь) - игровая деятельность; - трудовая деятельность	Коммуникативная. Беседа о сильных и здоровых людях. Двигательная. Упражнения для развития силы. «Сильные руки», «Влево – вправо», «Лягушки», «Кто соберет больше лент». Упражнения на выносливость. Подвижные игры с многократным повторением движений: «Поезд», «Жеребята», «На прогулке».	Участие в беседе. Участие в двигательной деятельности. Выполнение указаний педагога при выполнении упражнений для развития силы выносливости Участие в игровой деятельности.	- ребенок отвечает на вопросы педагога; - выполняет программные движения, связанные с развитием силы и выносливости; -с интересом участвует в коллективных подвижных играх.

потребность в ежедневной двигательной деятельности в процессе освоения разных видов движений.				
---	--	--	--	--

Январь

Календарные сроки	Содержание деятельности
1 неделя (три занятия)	Выходные праздничные дни
2 неделя (три занятия)	Тема третьей недели: «Игровая двигательная деятельность»
3 неделя (три занятия)	Тема третьей недели: «Игровая двигательная деятельность»
4 неделя (три занятия)	Тема четвертой недели: «Зимние забавы»

Организация двигательного режима

Физкультурные занятия	3 раза в неделю
Спортивные прогулки с использованием подвижных игровых упражнений	3 раза в неделю
Музыкально – ритмические движения	2 раза в неделю
Оздоровительный бег	Ежедневно

Обеспечение условий для эффективной физкультурно-оздоровительной работы

Соблюдение гибкого режима (совместно с воспитателем, музыкальным руководителем, родителями).
Использование спортивной предметно – развивающей среды.
Использование современного спортивного инвентаря и оборудования.
Учет возрастных особенностей, психического и физического состояния здоровья.

1 неделя выходные праздничные дни.

2 неделя (три занятия: первое - на освоение двигательных упражнений, второе и третье на повторение, закрепление)

Образовательная область. Цель. Задача.	Тема	Виды и формы совместной образовательной деятельности	Индивидуальные эталоны усвоения и самостоятельная деятельность	Целевые ориентиры (результат)
Физическое	Тема третьей недели:	Коммуникативная.	Участие в беседе.	- ребенок принимает

развитие. Цель месяца: создание условий для овладения подвижными играми с правилами, элементарными нормами поведения на занятиях по физической культуре. Задача: освоить программные подвижные игры с правилами; научить правилам безопасного поведения на занятиях по физической культуре.	«Игровая двигательная деятельность» Краткое содержание: - коммуникативная деятельность; - двигательная деятельность; - игровая деятельность.	Беседа о подвижных играх. Двигательная. Игры с бегом: «Самолеты», «Цветные автомобили», «Бездомный заяц» Игры с прыжками: «Зайцы и волк», «Лиса в курятнике» Игры на ориентировку в пространстве: «Найди, где спрятано», «Кто ушел?».	Участие в подвижных играх. Усвоение и выполнение правил игры.	участие в беседе; - проявляет активность в двигательной игровой деятельности.
---	---	--	--	--

3 неделя (три занятия: первое - на освоение двигательных упражнений, второе и третье на повторение, закрепление)

Образовательная область. Цель. Задача.	Тема	Виды и формы совместной образовательной деятельности	Индивидуальные эталоны усвоения и самостоятельная деятельность	Целевые ориентиры (результат)
Физическое развитие. Цель месяца: создание условий для овладения подвижными играми с	Тема третьей недели: «Игровая двигательная деятельность» Краткое содержание: - коммуникативная деятельность;	Коммуникативная. Беседа о подвижных играх. Двигательная. Игры с бегом: «Самолеты», «Цветные автомобили», «Бездомный заяц» Игры с прыжками: «Зайцы и волк», «Лиса в курятнике»	Участие в беседе. Участие в подвижных играх. Усвоение и выполнение правил игры.	- ребенок принимает участие в беседе; - проявляет активность в двигательной игровой деятельности.

правилами, элементарными нормами поведения на занятиях по физической культуре. Задача: освоить программные подвижные игры с правилами; научить правилам безопасного поведения на занятиях по физической культуре.	- двигательная деятельность; - игровая деятельность.	Игры на ориентировку в пространстве: «Найди, где спрятано», «Кто ушел?».		
---	---	--	--	--

4 неделя (три занятия: первое - на освоение двигательных упражнений, второе и третье на повторение, закрепление)

Образовательная область. Цель. Задача.	Тема	Виды и формы совместной образовательной деятельности	Индивидуальные эталоны усвоения и самостоятельная деятельность	Целевые ориентиры (результат)
Физическое развитие. Цель месяца: создание условий для овладения подвижными играми с правилами, элементарными нормами поведения на занятиях по физической	Тема четвертой недели: «Зимние забавы» Краткое содержание: - коммуникативная деятельность; - двигательная деятельность; - игровая деятельность.	Коммуникативная. Беседа о правилах безопасного поведения при катании на санках и лыжах. Двигательная. Спортивные упражнения. Санки. Подъем с санками в горку. Скатывание с горки. Торможение при спуске. Катание на санках друг друга. Лыжи. Передвижение на лыжах скользящим шагом.	Участие в беседе. Самостоятельный подъем с санками в гору. Скатывание с горки. Торможение при спуске. Самостоятельное освоение и выполнение правил передвижения на лыжах. Самостоятельный подъем в горку разными способами. Участие в играх на лыжах.	- ребенок проявляет интерес к спортивным упражнениям с зимним инвентарем; - ребенок переносит освоенные движения в самостоятельную двигательную деятельность на прогулке; - уверенно и активно выполняет элементы

культуре. Задача: освоить программные подвижные игры с правилами; научить правилам безопасного поведения на занятиях по физической культуре.		Подъем на горку боком и «полуёлочкой». Ходьба на лыжах без времени. Игровая. Игры на лыжах «Карусель в лесу», «Воротца».		техники освоенных движений; - активно общается со сверстниками и педагогом.
--	--	---	--	--

Февраль

Календарные сроки	Содержание деятельности
1 неделя (три занятия)	Тема первой недели: «Ускоряем темп движений»
2 неделя (три занятия)	Тема второй недели: «Зимнее путешествие»
3 неделя (три занятия)	Тема третьей недели: «Холодная зима»
4 неделя (три занятия)	Тема четвертой недели: «Зимний спортивный праздник».

Организация двигательного режима

Физкультурные занятия	3 раза в неделю
Спортивные прогулки с использованием подвижных игровых упражнений	3 раза в неделю
Музыкально – ритмические движения	2 раза в неделю
Оздоровительный бег	Ежедневно

Обеспечение условий для эффективной физкультурно-оздоровительной работы

Соблюдение гибкого режима (совместно с воспитателем, музыкальным руководителем, родителями).
Использование спортивной предметно – развивающей среды.
Использование современного спортивного инвентаря и оборудования.
Учет возрастных особенностей, психического и физического состояния здоровья.

1 неделя (три занятия: первое - на освоение двигательных упражнений, второе и третье на повторение, закрепление)

Образовательная область. Цель. Задача.	Тема	Виды и формы совместной образовательной деятельности	Индивидуальные эталоны усвоения и самостоятельная	Целевые ориентиры (результат)
--	------	--	---	-------------------------------

			деятельность	
Физическое развитие. Цель месяца: создание условий для развития физических качеств: быстроты, скоростно - силовых качеств, выносливости. Задача: развивать быстроту, скоростно - силовые качества, выносливость в процессе освоения программных двигательных упражнений и подвижных игр.	Тема первой недели: «Ускоряем темп движений» Краткое содержание: - коммуникативная деятельность; - двигательная деятельность; - игровая деятельность. - трудовая деятельность.	Коммуникативная. Беседа о быстрых и ловких детях. Как этому научиться? Двигательная. Упражнения: легкий бег – спокойная ходьба – успокаивающие движения. Общеразвивающие упражнения и основные движения: хлопки в максимально быстром темпе перед собой и за спиной; быстрые повороты палки вправо – влево. Скоростной бег на 15 – 20 метров. Бег за мячом «Догони и подними мяч». Игровая. «Совушка», «Кто скорее добежит до флажка». Трудовая. Уборка инвентаря.	Участие в беседе. Самостоятельное выполнение легкого бега, спокойной ходьбы, успокаивающих упражнений. Самостоятельное выполнение движений для развития быстроты. Самостоятельное выполнение упражнения с предметом. Участие в подвижных играх. Участие в трудовой деятельности.	- ребенок проявляет интерес к спортивным упражнениям; - ребенок переносит освоенные движения в самостоятельную двигательную деятельность на прогулке; - уверенно и активно выполняет элементы техники освоенных движений; - активно общается со сверстниками и педагогом; - проявляет признаки трудолюбия в уборке инвентаря.

2 неделя (три занятия: первое - на освоение двигательных упражнений, второе и третье на повторение, закрепление)

Образовательная область. Цель. Задача.	Тема	Виды и формы совместной образовательной деятельности	Индивидуальные эталоны усвоения и самостоятельная деятельность	Целевые ориентиры (результат)
Физическое развитие. Цель месяца: создание условий для развития физических	Тема второй недели: «Зимнее путешествие» Краткое содержание: - коммуникативная деятельность;	Коммуникативная. Беседа о снежных мастерах, которые украшают из снега и льда площади наших городов. Трудовая. Лепим из снега Снежную бабу. Лепим	Участие в беседе. Участие в коллективной трудовой деятельности Самостоятельное выполнение движений «Падают снежинки»,	- ребенок умеет поддерживать беседу; - проявляет инициативу и творчество в лепке из снега;

качеств: быстро́ты, скоро́стно – си́ловых качеств, выно́сливости. Задача: развивать быстро́ту, скоро́стно – си́ловые качества, выно́сливость в проце́ссе осво́ения програ́ммных дви́гательных упра́жнений и подвигных игр.	- дви́гательная дея́тельность; - игро́вая дея́тельность. - трудо́вая дея́тельность.	снежки. Дви́гательная. «Па́дают сне́жинки» (пока́з ру́ками), «Греем но́ги» (топа́ем но́гами), «Прыга́ем» (пры́жки на ме́сте), «Попа́даем в це́ль» (использу́ем сне́жки), «Ка́таем дру́г дру́га на са́нках» (чья па́ра бы́стрее). Поздравля́ем са́мых бы́стрых. Игро́вая. «За́йцы и во́лк». Трудо́вая. Убо́рка инвентаря́ и зи́мнего обо́рудова́ния.	«Греем но́ги», «Прыга́ем», «Попа́даем в це́ль». Уча́стие в ката́нии на са́нках. Уча́стие в подви́жной игре. Оказа́ние помо́щи педа́гогу (воспита́телю) в убо́рке инвентаря́.	- уве́ренно выпол́няет тематиче́ские дви́гательные упра́жнения; - проя́вляет воле́вые уси́лия (чья па́ра бы́стрее); - проя́вляет иници́ативу в подви́жной игре; - добро́желате́льно о́бщается со сверстни́ками и взросло́ыми.
---	--	--	--	---

3 неделя (три занятия: первое - на освоение двигательных упражнений, второе и третье на повторение, закрепление)

Образовательная область. Цель. Задача.	Тема	Виды и формы совместной образовательной деятельности	Индивидуальные эталоны усвоения и самостоятельная деятельность	Целевые ориентиры (результат)
Физическое развитие. Цель месяца: создание условий для развития физических качеств: быстро́ты, скоро́стно – си́ловых качеств, выно́сливости. Задача: развивать быстро́ту, скоро́стно –	Тема третьей недели: «Холодная зима» Краткое содержание: - дви́гательно – рече́вая дея́тельность; - дви́гательная дея́тельность; - игро́вая дея́тельность.	Дви́гательная. (Дви́гательно – рече́вая) Хо́дьба по кругу́. «Как на то́ненький ле́док Выпа́л бе́ленький сне́жок, Что́б его́ не за́топтать На но́сочки на́до вста́ть. (хо́дьба на но́сках) Сне́га ма́ло. По́л сне́жком Ле́д сверка́ет сме́ло. Ско́льзким ша́гом мы по́йдем, Бо́йко и уме́ло» (хо́дьба ско́льзящим ша́гом).	Уча́стие в дви́гательной дея́тельности: хо́дьбе на но́сках, ско́льзящим ша́гом, ле́гком бе́ге. Само́стояте́льное выпол́нение тематиче́ских дви́жений «Ме́тель», «Сне́г», «Че́рез сугро́бы». Уча́стие в подви́жной игре.	- ребе́нок собо́людает пра́вила безо́пасности при хо́дьбе и бе́ге; - уве́ренно дви́гается по гимна́стиче́ской скаме́йке; - то́чно выпол́няет дви́жения на за́данную темати́ку; - с интере́сом уча́ствует в ко́ллективных подви́жных игра́х.

силовые качества, выносливость в процессе освоения программных двигательных упражнений и подвижных игр.		Легкий бег – «ловим снежинки». Общеразвивающие упражнения: «Метель» И.П. – основная стойка. Выполнение: на счет 1- руки в стороны; на счет 2-3 – наклоны вправо и влево. Повторить браз. «Снег» «Вился, вился белый рой, Сел на землю – стал горой». И.П. - стоя на коленях, руки вперед - вниз. Выполнение: на счет 1-2 – руки вверх, потянуться за руками, прогнуть спинку, на счет 3-4 – в исходное положение. Повторить 6 раз. Основные движения по теме недели. «Через сугробы» Ходьба с высоким подниманием коленей. Равновесие-ходьба по гимнастической скамейке боком. Игровая. «Котята и щенята».		
---	--	--	--	--

4 неделя (три занятия: первое и второе - на освоение двигательных упражнений, третье на проведение)

Образовательная область. Цель. Задача.	Тема	Виды и формы совместной образовательной деятельности	Индивидуальные эталоны усвоения и самостоятельная деятельность	Целевые ориентиры (результат)
Физическое развитие. Цель месяца: создание условий для развития физических качеств: быстроты, скоростно – силовых качеств, выносливости. Задача: развивать быстроту, скоростно – силовые качества, выносливость в	Тема четвертой недели: «Зимний спортивный праздник» Подготовка и проведение зимнего спортивного праздника. Содержание спортивного праздника составляют игры, задания, игровые упражнения, состязания, которые состоят	Коммуникативная. Беседа о том, как будет проходить зимний спортивный праздник. Определение участников, команд. Содержание спортивного праздника составляют игры, задания, игровые упражнения, состязания,	Участие в зимнем спортивном празднике.	- ребенок с интересом участвует в соревновательных коллективных играх.

процессе освоения программных двигательных упражнений и подвижных игр.	из освоенных детьми движений.	которые состоят из освоенных детьми движений.		
--	-------------------------------	---	--	--

Март

Календарные сроки	Содержание деятельности
1 неделя (три занятия)	Тема первой недели: «Умелые и ловкие» (ползание, лазание, метание).
2 неделя (три занятия)	Тема второй недели: «Учимся, двигаемся, играем» (прыжки, игровые задания с предметами).
3 неделя (три занятия)	Тема третьей недели: «Координация движений» (упражнения и игры для развития координации).
4 неделя (три занятия)	Тема четвертой недели: Спортивное развлечение «Мы всегда здоровы!».

Организация двигательного режима

Физкультурные занятия	3 раза в неделю
Спортивные прогулки с использованием подвижных игровых упражнений	3 раза в неделю
Музыкально – ритмические движения	2 раза в неделю
Оздоровительный бег	Ежедневно

Обеспечение условий для эффективной физкультурно-оздоровительной работы

Соблюдение гибкого режима (совместно с воспитателем, музыкальным руководителем, родителями).
Использование спортивной предметно – развивающей среды.
Использование современного спортивного инвентаря и оборудования.
Учет возрастных особенностей, психического и физического состояния здоровья.

1 неделя (три занятия: первое - на освоение двигательных упражнений, второе и третье - на повторение, закрепление)

Образовательная область. Цель. Задача.	Тема	Виды и формы совместной образовательной деятельности	Индивидуальные эталоны усвоения и самостоятельная деятельность	Целевые ориентиры (результат)
Физическое развитие. Цель месяца: создание условий для построения образовательной двигательной	Тема первой недели: « Умелые и ловкие» (ползание, лазание, метание). Краткое содержание: - коммуникативная	Коммуникативная. Беседа. Правила поведения на занятиях по физической культуре. Двигательная. Ходьба разными способами в сочетании с заданиями на равновесие, с изменением	Участие в беседе. Ответы на вопросы педагога (инструктора). Участие в ходьбе, беге, построении в колонну. Самостоятельное выполнение	- ребенок может поддерживать беседу, отвечать на поставленные вопросы - ребенок проявляет интерес к спортивным упражнениям;

деятельности на основе взаимодействия взрослых с детьми, с учетом возможностей каждого ребенка. Задача: формировать двигательные навыки и умения, с учетом возможностей каждого ребенка на занятиях по физической культуре.	деятельность; - двигательная деятельность; - игровая деятельность.	направления движений. Бег из разных исходных положений (стоя, сидя) Общеразвивающие упражнения (по выбору педагога) Основные виды движений по теме недели. Ползание по гимнастической скамейке с опорой на ладони и ступни (по-медвежьи). Равновесие – ходьба по гимнастической скамейке боком, приставным шагом. На середине скамейки присесть, руки – вперед, затем подняться, пройти дальше. Метание в цель (развиваем глазомер) Игровая. Подвижные игры «По местам!», «Лохматый пес».	общеразвивающих упражнений. Самостоятельное ползание по гимнастической скамейке. Самостоятельное выполнение метания с попаданием в цель. Развитие глазомера. Участие в коллективных подвижных играх.	- ребенок переносит освоенные движения в самостоятельную двигательную деятельность на прогулке; - уверенно и активно выполняет элементы техники освоенных движений; - активно общается со сверстниками и педагогом;
--	---	---	---	--

2 неделя (три занятия: первое - на освоение двигательных упражнений, второе и третье на повторение, закрепление)

Образовательная область. Цель. Задача.	Тема	Виды и формы совместной образовательной деятельности	Индивидуальные эталоны усвоения и самостоятельная деятельность	Целевые ориентиры (результат)
Физическое развитие. Цель месяца: создание условий для построения образовательной деятельности на основе взаимодействия взрослых с	Тема второй недели: «Учимся, двигаемся, играем» (прыжки, игровые задания с предметами) Краткое содержание: - коммуникативная деятельность; - двигательная деятельность; - игровая	Коммуникативная. Беседа о правилах поведения в совместных играх. Вопросы (Поможешь ли ты товарищу?). Двигательная. Ходьба в разных направлениях. Бег по сигналу. Общеразвивающие упражнения с обручем (по выбору педагога). Основные виды движений по теме недели. Прыжки на двух ногах вокруг обруча.	Участие в беседе. Ответы на вопросы педагога (инструктора). Участие в ходьбе в разных направлениях, беге по сигналу. Самостоятельное выполнение общеразвивающих упражнений с обручем. Самостоятельное	- ребенок может поддерживать беседу, отвечать на поставленные вопросы - ребенок уверенно выполняет двигательные упражнения; - уверенно и активно выполняет элементы техники освоенных

детьми, с учетом возможностей каждого ребенка. Задача: формировать двигательные навыки и умения, с учетом возможностей каждого ребенка на занятиях по физической культуре.	деятельность. - трудовая деятельность.	Прыжки в длину с места (10 – 12 раз). Перебрасывание мяча через шнур двумя руками (расстояние от шнура 2 метра). Ловля мяча после отскока об пол. Игровая. Подвижные игры «Лошадка», «Бездомный заяц». Трудовая. Уборка инвентаря.	выполнение разных видов прыжков. Перебрасывание мяча через шнур двумя руками (расстояние от шнура 2 метра). Участие в подвижных играх. Участие в уборке оборудования и инвентаря.	движений; - активно общается со сверстниками и педагогом; - способен к волевым усилиям; - способен договариваться, учитывать интересы других детей.
---	---	--	--	--

3 неделя (три занятия: первое - на освоение двигательных упражнений, второе и третье на повторение, закрепление)

Образовательная область. Цель. Задача.	Тема	Виды и формы совместной образовательной деятельности	Индивидуальные эталоны усвоения и самостоятельная деятельность	Целевые ориентиры (результат)
Физическое развитие. Цель месяца: создание условий для построения образовательной двигательной деятельности на основе взаимодействия взрослых с детьми, с учетом возможностей каждого ребенка. Задача: формировать	Тема третьей недели: «Координация движений» (упражнения и игры для развития координации) Краткое содержание: - коммуникативная деятельность; - двигательная деятельность; - игровая деятельность. - трудовая деятельность.	Коммуникативная. Беседа о правилах поведения в совместных играх. Вопросы (Поможешь ли ты товарищу?). Двигательная. Ходьба в разных направлениях. Бег по сигналу. Общеразвивающие упражнения с обручем (по выбору педагога). Основные виды движений по теме недели. Прыжки на двух ногах вокруг обруча. Прыжки в длину с места (10 – 12 раз). Перебрасывание мяча через шнур двумя руками (расстояние от шнура 2 метра). Ловля мяча после отскока об пол с фитболами: сидя на мяче, «ходьба» и	Участие в беседе. Ответы на вопросы педагога (инструктора). Участие в ходьбе в разных направлениях, беге по сигналу. Самостоятельное выполнение общеразвивающих упражнений с обручем. Самостоятельное выполнение разных видов прыжков. Перебрасывание мяча через шнур двумя руками (расстояние от шнура 2	- ребенок может поддерживать беседу, отвечать на поставленные вопросы - уверенно и активно выполняет элементы техники освоенных движений; - активно общается со сверстниками и педагогом; - способен к волевым усилиям; - способен договариваться, учитывать интересы

двигательные навыки и умения, с учетом возможностей каждого ребенка на занятиях по физической культуре.		«бег» на месте, приставные шаги влево - вправо. Игровая. Подвижные игры «Караси и щука», «Хитрая лиса». Трудовая. Уборка инвентаря.	метра) Участие в подвижных играх. Участие в уборке оборудования и инвентаря.	других детей; - проявляет трудолюбие в уборке спортивного инвентаря.
---	--	---	--	---

4 неделя (три занятия: первое - на освоение двигательных упражнений, второе и третье на повторение, закрепление)

Образовательная область. Цель. Задача.	Тема	Виды и формы совместной образовательной деятельности	Индивидуальные эталоны усвоения и самостоятельная деятельность	Целевые ориентиры (результат)
Физическое развитие. Цель месяца: создание условий для построения образовательной двигательной деятельности на основе взаимодействия взрослых с детьми, с учетом возможностей каждого ребенка. Задача: формировать двигательные навыки и умения, с учетом возможностей каждого ребенка на занятиях по физической культуре.	Тема четвертой недели: Спортивное развлечение «Мы всегда здоровы!». Содержание развлечения состоит из пройденных программных двигательных упражнений, игр, подвижных игр.	Спортивное развлечение «Мы всегда здоровы!». Содержание развлечения состоит из пройденных программных двигательных упражнений, игр, подвижных игр.	Участие в спортивном развлечении «Мы всегда здоровы!»	- у ребенка сформированы двигательные навыки и умения, - ребенок обладает установкой положительного отношения к миру; - ребенок активно взаимодействует со сверстниками и взрослыми, участвует в совместных играх.

Апрель

Календарные сроки	Содержание деятельности
1 неделя (три занятия)	Тема первой недели: «Калейдоскоп движений».
2 неделя (три занятия)	Тема второй недели: «Прыжки. Метание».

3 неделя (три занятия)	Тема третьей недели: «Координация движений» (упражнения и игры для развития координации).
4 неделя (три занятия)	Тема четвертой недели: «Весенняя эстафета».

Организация двигательного режима

Физкультурные занятия	3 раза в неделю
Спортивные прогулки с использованием подвижных игровых упражнений	3 раза в неделю
Музыкально – ритмические движения	2 раза в неделю
Оздоровительный бег	Ежедневно

Обеспечение условий для эффективной физкультурно-оздоровительной работы

Соблюдение гибкого режима (совместно с воспитателем, музыкальным руководителем, родителями).
Использование спортивной предметно – развивающей среды.
Использование современного спортивного инвентаря и оборудования.
Учет возрастных особенностей, психического и физического состояния здоровья.

1 неделя (три занятия: первое - на освоение двигательных упражнений, второе и третье на повторение, закрепление)

Образовательная область. Цель. Задача.	Тема	Виды и формы совместной образовательной деятельности	Индивидуальные эталоны усвоения и самостоятельная деятельность	Целевые ориентиры (результат)
Физическое развитие. Цель месяца: создание условий для поддержки детской инициативы и самостоятельности детей на занятиях по физической культуре. Задача: обеспечить поддержку детской инициативы и самостоятельности детей на занятиях по физическому	Тема первой недели: «Калейдоскоп движений» (игровое занятие) Краткое содержание: - коммуникативная деятельность; - двигательная деятельность; - игровая деятельность; - трудовая деятельность.	Коммуникативная. Беседа об особенностях закаливания и физических упражнениях. Двигательная. Ходьба и бег врассыпную, с последующим нахождением своего места в колонне. Общеразвивающие упражнения и основные движения (по выбору педагога, инструктора). Игры и упражнения для развития силы: «Из круга в круг» прыжки из обруча в обруч, «Сильные руки» поднятие обруча крепкими руками вверх – вниз, вперед. Упражнения для развития гибкости: активные маховые в одну и другую стороны.	Участие в беседе. Самостоятельное нахождение своего места в колонне. Выполнение прыжков из обруча в обруч. Самостоятельное выполнение упражнения с обручем «Сильные руки». Самостоятельное выполнение упражнений для развития гибкости. Участие в играх на развитие выносливости. Участие в уборке инвентаря.	- ребенок владеет основными культурными способами деятельности при выполнении игровых заданий и упражнений; - ребенок обладает развитым воображением, которое проявляется в коллективных подвижных играх; - у ребенка развита крупная и мелкая моторика.

развитию.		Игры для развития выносливости: «Поезд», «Жеребята» Трудовая. Уборка инвентаря.		
-----------	--	---	--	--

2 неделя (три занятия: первое - на освоение двигательных упражнений, второе и третье на повторение, закрепление)

Образовательная область. Цель. Задача.	Тема	Виды и формы совместной образовательной деятельности	Индивидуальные эталоны усвоения и самостоятельная деятельность	Целевые ориентиры (результат)
Физическое развитие. Цель месяца: создание условий для поддержки детской инициативы и самостоятельности детей на занятиях по физической культуре. Задача: обеспечить поддержку детской инициативы и самостоятельности детей на занятиях по физическому развитию.	Тема второй недели: «Прыжки. Метание» Краткое содержание: - коммуникативная деятельность; - двигательная деятельность; - игровая деятельность; - трудовая деятельность.	Коммуникативная. Беседа о пользе утренней зарядки. Двигательная. Ходьба обычная с ускорением темпа. Бег обычный. Подскоки. Ходьба с круговыми движениями рук «поезд». Ходьба с разведением рук «самолет» Общеразвивающие упражнения с кеглей (4 -5 упражнений). Основные движения по теме недели. Прыжки в длину с места (5 -6 раз). Исходное положение рук и ног, полет, приземление. Метание мешочков в горизонтальную цель. Игровая. Подвижная игра «Совушка». Трудовая. Уборка инвентаря.	Участие в беседе. Участие в разных видах ходьбы. Выполнение прыжков из обруча в обруч. Самостоятельное выполнение упражнений с кеглей. Самостоятельное выполнение прыжков с места. Метание мешочков в горизонтальную цель. Участие в подвижной игре. Участие в уборке инвентаря.	- ребенок владеет основными культурными способами деятельности при выполнении игровых заданий и упражнений; - проявляет волевые усилия в выполнении двигательных заданий; - проявляет инициативу в подвижных играх; - проявляет активность в трудовой деятельности.

3 неделя (три занятия: первое - на освоение двигательных упражнений, второе и третье на повторение, закрепление)

Образовательная область. Цель. Задача.	Тема	Виды и формы совместной образовательной деятельности	Индивидуальные эталоны усвоения и самостоятельная деятельность	Целевые ориентиры (результат)
Физическое	Тема третьей	Коммуникативная.	Участие в беседе.	- у ребенка развита

развитие. Цель месяца: создание условий для поддержки детской инициативы и самостоятельности детей на занятиях по физической культуре. Задача: обеспечить поддержку детской инициативы и самостоятельности детей на занятиях по физическому развитию.	недели: «Ходим - бегаем» Краткое содержание: - коммуникативная деятельность; - двигательная деятельность; - игровая деятельность.	Беседа о пользе ходьбы и бега. Двигательная. Ходьба в колонне друг за другом. Ходьба на пятках. Ходьба на носках. Ходьба и прыжки: ноги вместе, ноги врозь. Бег с изменением темпа. Ходьба с восстановлением дыхания. Общеразвивающие упражнения: на каждый счет смена положения головы (вверх, вниз, влево, вправо). Игровые упражнения с мячом. «Успей поймать», «Подбрось – поймай». Ползание по гимнастической скамейке с опорой на ладони и ступни. Игровая. Подвижная игра «Догони пару».	Выполнение разных видов ходьбы. Выполнение общеразвивающих упражнений. Выполнение игровых действий с мячом. Ползание по гимнастической скамейке с опорой на ладони и ступни. Участие в игровой деятельности.	крупная и мелкая моторика; - владеет основными движениями; - выполняет указания взрослого; - проявляет активность в совместной и индивидуальной двигательной деятельности. - у ребенка развита крупная и мелкая моторика.
---	--	--	---	--

4 неделя (три занятия: первое - на освоение двигательных упражнений, второе и третье на повторение, закрепление)

Образовательная область. Цель. Задача.	Тема	Виды и формы совместной образовательной деятельности	Индивидуальные эталоны усвоения и самостоятельная деятельность	Целевые ориентиры (результат)
Физическое развитие. Цель месяца: создание условий для поддержки детской инициативы и самостоятельности детей на занятиях по физической культуре. Задача: обеспечить	Тема четвертой недели: «Весенняя эстафета» Содержание эстафеты состоит из пройденных программных двигательных упражнений, игр, подвижных игр.	Коммуникативная. Беседа о формировании команд, эстафетных заданиях и упражнениях. Содержание эстафеты состоит из пройденных программных двигательных упражнений, игр, подвижных игр. Эстафета включает в себя элементы соревнования и призы.	Участие в «Весенней эстафете».	- ребенок имеет опыт двигательной деятельности для участия в командных соревнованиях.

поддержку детской инициативы и самостоятельности детей на занятиях по физическому развитию.	Эстафета включает в себя элементы соревнования и призы.			
---	---	--	--	--

Май.

Календарные сроки	Содержание деятельности
1 неделя (три занятия)	Тема первой недели: Ходьба, бег, равновесие.
2 неделя (три занятия)	Тема второй недели: Прыжки, бросание, метание, ловля.
3 неделя (три занятия)	Тема третьей недели: Ползание, лазание.
4 неделя (три занятия)	Тема четвертой недели: Развитие силовых качеств.

Организация двигательного режима

Физкультурные занятия	3 раза в неделю
Спортивные прогулки с использованием подвижных игровых упражнений	3 раза в неделю
Музыкально – ритмические движения	2 раза в неделю
Оздоровительный бег	Ежедневно

Обеспечение условий для эффективной физкультурно-оздоровительной работы

Соблюдение гибкого режима (совместно с воспитателем, музыкальным руководителем, родителями).
Использование спортивной предметно – развивающей среды.
Использование современного спортивного инвентаря и оборудования.
Учет возрастных особенностей, психического и физического состояния здоровья.

1 неделя (три занятия: первое - на освоение двигательных упражнений, второе и третье на повторение, закрепление)

Образовательная область. Цель. Задача.	Тема	Виды и формы совместной образовательной деятельности	Индивидуальные эталоны усвоения и самостоятельная деятельность	Целевые ориентиры (результат)
Физическое развитие. Цель месяца: создание условий для	Тема первой недели: «Ходьба и бег, равновесие» Краткое содержание:	Коммуникативная. Беседа. «Ходьба, бег, равновесие. Чему мы научились?» Двигательная.	Участие в беседе. Выполнение разных видов ходьбы. Самостоятельная ходьба	- ребенок отвечает на вопросы педагога, может поддержать беседу;

поддержки детской инициативы и самостоятельности детей на занятиях по физической культуре. Задача: обеспечить поддержку детской инициативы и самостоятельности детей на занятиях по физическому развитию.	- коммуникативная деятельность; - двигательная деятельность; - игровая деятельность.	Приветствие. Ходьба обычная, на носках, на пятках, с полуприседанием, «змейкой», со сменой темпа, с поворотами, с заданиями (руки на поясе, к плечам, в сторону, за спину). Равновесие. Ходьба по бревну (высота 20 – 25 сантиметров), с мешочком на голове, ходьба приставным шагом, по шнуру, ходьба спиной вперед. Бег. В колонне по одному, парами, «змейкой» между предметами, со сменой ведущего и сменой темпа, бег со старта с разных позиций. Бег на скорость (15 – 20 метров). Бег в медленном темпе (2 минуты), со средней скоростью (30 метров), челночный бег. Игровая. Игры с бегом «У медведя во бору», «Ловишки».	по бревну. Самостоятельная ходьба по шнуру. Бег с разными заданиями. Участие в подвижных играх.	- выполняет программные элементы ходьбы и бега, удерживает равновесие; - с интересом участвует в коллективных подвижных играх; - проявляет инициативу в подвижных играх; - имеет опыт двигательной деятельности для участия в командных соревнованиях. - у ребенка развита крупная и мелкая моторика.
--	--	---	---	---

2 неделя (три занятия: первое - на освоение двигательных упражнений, второе и третье на повторение, закрепление)

Образовательная область. Цель. Задача.	Тема	Виды и формы совместной образовательной деятельности	Индивидуальные эталоны усвоения и самостоятельная деятельность	Целевые ориентиры (результат)
Физическое развитие. Цель месяца: создание условий для поддержки детской	Тема второй недели: «Прыжки, бросание, метание, ловля» Краткое содержание: - коммуникативная деятельность;	Коммуникативная. Беседа. «Прыжки, бросание, метание, ловля. Чему мы научились?» Двигательная. Приветствие. Ходьба. Общеразвивающие упражнения по выбору	Составление небольшого рассказа о своих успехах. Участие в разных видах ходьбы. Выполнение общеразвивающих	- ребенок может составить небольшой рассказ; - выполняет программные элементы

инициативы и самостоятельность и детей на занятиях по физической культуре. Задача: обеспечить поддержку детской инициативы и самостоятельности детей на занятиях по физическому развитию.	- двигательная деятельность; - игровая деятельность.	педагога. Основные движения по теме недели. Прыжки на двух ногах с поворотом кругом, со сменой ног, с хлопками над головой, прыжки с продвижением вперед (3 - 4метра), прыжки через предметы, Прыжки в длину с места (60 –75 сантиметров).Прыжки вверх с места (высота 15 – 20 сантиметров). Бросание, ловля, метание. Катание мяча, обруча между предметами, прокатывание мяча из разных исходных положений. Бросание мяча вверх, ловля мяча. Отбивание мяча одной и двумя руками. Бросание мяча друг другу. Метание предмета на дальность (6,5 метров). Метание в горизонтальную цель (расстояние 2 – 3метра), в вертикальную цель (расстояние 2 метра). Игровая. Игры с бросанием и ловлей: «Сбей булаву!», «Мяч через сетку».	упражнений по указанию педагога. Выполнение прыжков. Самостоятельное катание мяча, обруча между предметами, прокатывание мяча из разных исходных положений. Бросание мяча вверх, ловля мяча. Отбивание мяча одной и двумя руками. Бросание мяча друг другу. Метание предмета на дальность (6,5 метров). Метание в горизонтальную цель (расстояние 2 – 3метра), в вертикальную цель (расстояние 2 метра).	прыжков, бросания, ловли, метания; -с интересом участвует в коллективных подвижных играх; - проявляет инициативу в подвижных играх; - у ребенка развита крупная и мелкая моторика.
--	--	--	--	--

3 неделя (три занятия: первое - на освоение двигательных упражнений, второе и третье на повторение, закрепление)

Образовательная область. Цель. Задача.	Тема	Виды и формы совместной образовательной деятельности	Индивидуальные эталоны усвоения и самостоятельная деятельность	Целевые ориентиры (результат)
Физическое развитие. Цель месяца: создание условий для поддержки детской инициативы и самостоятельности детей на занятиях по физической культуре. Задача: обеспечить	Тема третьей недели: «Ползание. Лазание» Краткое содержание: - коммуникативная деятельность; - двигательная деятельность; - игровая	Коммуникативная. Беседа. Безопасные правила поведения при выполнении движений. Двигательная. Ползание и лазание. Подлезание на четвереньках между предметами (10 метров). Ползание по гимнастической скамейке на животе.	Участие в беседе. Участие в двигательной деятельности. Выполнение указаний педагога при ползании, лазании. Катание на велосипеде по прямой, по кругу.	- ребенок отвечает на вопросы педагога; - выполняет программные движения, связанные с ползанием, лазанием; - умеет кататься на велосипеде по прямой

поддержку детской инициативы и самостоятельности детей на занятиях по физическому развитию.	деятельность.	Подлезание под препятствием. Лазание с опорой на стопы и ладони по доске. Лазание по гимнастической стенке (высота 2 метра). Перелезание с одного пролета на другой. Игровая. «Пастух и стадо», «Котята и щенята».	Плавание в бассейне. Участие в игровой деятельности.	линии, по кругу; - смело погружается в воду при обучении плаванию; - с интересом участвует в коллективных подвижных играх.
---	---------------	---	--	--

4 неделя (три занятия: первое - на освоение двигательных упражнений, второе и третье на повторение, закрепление)

Образовательная область. Цель. Задача.	Тема	Виды и формы совместной образовательной деятельности	Индивидуальные эталоны усвоения и самостоятельная деятельность	Целевые ориентиры (результат)
Физическое развитие. Цель месяца: создание условий для поддержки детской инициативы и самостоятельности детей на занятиях по физической культуре. Задача: обеспечить поддержку детской инициативы и самостоятельности детей на занятиях по физическому развитию.	Тема третьей недели: «Развитие силовых качеств» Краткое содержание: - коммуникативная деятельность; - двигательная деятельность; - игровая деятельность.	Коммуникативная. Беседа и ответы на вопрос: Кто такие сильные люди? Двигательная. Упражнения с набивными мячами весом до 500 граммов из положения сидя и лежа. Ритмичные сжимания большого мяча (фитбола), передача набивного мяча друг другу по кругу. Упражнения для развития силы. Усаживание на набивной мяч. «Через ручейки». Упражнения на выносливость. Подвижные игры с многократным повторением движений: «Поезд», «Жеребята», «На прогулке».	Участие в беседе. Участие в двигательной деятельности. Выполнение указаний педагога при выполнении упражнений для развития силы выносливости. Участие в игровой деятельности.	- ребенок отвечает на вопросы педагога; - выполняет программные движения, связанные с развитием силы и выносливости; - с интересом участвует в коллективных подвижных играх.

Промежуточный мониторинг (сентябрь) и итоговый мониторинг (май) (модель) освоения детьми образовательной области «Физическое развитие»
Оценка освоения основных движений детьми дошкольного возраста (оценка двигательного опыта детей в баллах)

Показатели	Оценка
Все элементы упражнения выполняются в полном соответствии с заданием и схемой движения	Пять баллов (отлично)
При выполнении простых программных движений (теста) допущена одна ошибка, существенно не изменяющая характер движения и результат.	Четыре балла (хорошо)
Простые программные движения выполняются с большим трудом, имеются значительные ошибки, отступления от задания.	Три балла (удовлетворительно)
Упражнения практически не выполняются, однако, ребенок делает попытки к его выполнению.	Два балла (неудовлетворительно)
Ребенок не предпринимает попыток к выполнению двигательных заданий, физически не в состоянии выполнить его.	Ноль баллов (плохо)

Качественные показатели освоения элементов техники основных движений детей 4 - 5 лет

Основные движения	Показатель
Ходьба и бег, равновесие	Ходьба и равновесие с ненапряженным положением туловища и головы. Ходьба на пятках, на носках, в полуприседе. Ходьба с перешагиванием через предметы, по наклонной доске, по шнуру и бревну. Бег. Туловище прямое или наклонено немного вперед. Свободное движение рук. Соблюдение направления. Бег между предметами. Бег на скорость (10 – 30 метров).
Прыжки	Прыжки на двух ногах, с продвижением вперед, через предметы, прыжки в длину с места, прыжки в высоту с места.
Метание	Бросание мяча вверх. Метание предмета на дальность, в горизонтальную цель, в вертикальную цель.
Лазание	Ползание на четвереньках между предметами. Ползание по гимнастической скамейке на животе, лазание по гимнастической стенке, перелезание с одного пролета на другой.

Возрастно – половые показатели развития двигательных качеств у детей 4- 5 лет

Пол	Бег на 10 м, с	Бег на 30 м, с	Бег на расстояние, с*	Метание набивного мяча, см	Метание мешочка с песком вдаль, м		Прыжок в длину с места, см	Прыжок в высоту с места, см	Статическое равновесие, с	Сила кисти рук, кг		Становая сила, кг
					Правая рука	Левая рука				Правая рука	Левая рука	
Мальчики	3,3 – 2,4	10,5- 8,8	-	117 – 185	2,5 – 4,1	2,0 – 3,4	60 – 90	14 – 18	3,3 – 5,1	3,9 – 7,5	3,5 – 7,1	14- 18
Девочки	3,4 – 2,6	10,7- 8,7	-	97 – 178	2,4 – 3,4	1,8 – 2,8	55 - 90	12 – 15	5,2 – 8,1	3,1 – 6,0	3,2 – 5,6	12-16

*Расстояние и время пробега на дистанции на выносливость колеблется у детей в больших пределах, поэтому в таблице не приводится.

Содержание психолого – педагогической работы.

Рекомендации воспитателю. Физкультурно – игровая деятельность.

«Физическая культура, здоровье, безопасность»:

ребенок старается ходить прямо, сохраняя заданное направление, бегать, изменяя направление и темп в соответствии с указаниями взрослого; сохраняет равновесие при ходьбе и беге по ограниченной плоскости, при перешагивании через предметы; может ползать на четвереньках, лазать по лесенке-стремянке, гимнастической стенке произвольным способом; прыгает в длину с места; катает мяч в заданном направлении, бросает двумя руками от груди, из-за головы, ударяет мячом об пол, бросает его вверх и ловит; метает предметы правой и левой рукой на расстояние; сформирована потребность в двигательной активности: проявляет положительные эмоции при физической активности, в самостоятельной двигательной деятельности; пользуется физкультурным оборудованием в свободное время.

Социально – коммуникативное развитие:
 проявляет доброжелательность по отношению к окружающим, откликается на эмоции близких людей и друзей, умеет действовать совместно в подвижных играх и физических упражнениях, соблюдает правила в совместных играх, проявляет доброжелательное отношение к окружающим, умеет делиться с товарищем; имеет опыт правильной оценки хороших и плохих поступков; способен самостоятельно выполнять элементарные поручения, преодолевать небольшие трудности.

Речевое развитие:
 запоминает и повторяет спортивные считалки и загадки, способен поддерживать беседу, отвечать на вопросы, владеет устной речью, может выражать свои мысли и желания.

Познавательное развитие:
 различает по цвету и форме различный инвентарь и игровое оборудование, ориентируется в ритме и темпе выполнения движений.

Художественно – эстетическое развитие:
 проявляет эстетическое отношение к словесному, музыкальному сопровождению.

Подвижные игры в повседневной жизни для детей 4- 5 лет.

Месяц	Название игры	Индивидуальные эталоны усвоения и самостоятельная двигательная деятельность
Сентябрь	«Марш и бег», «Найди себе пару», «По ровненькой дорожке», «Автомобили», «Найдем воробышка», «Воробышки и кот» (повторить, закрепить игры, освоенные детьми на занятиях по физической культуре).	1. Ходим в колонне, на носках, на пятках, «змейкой», по сигналу. 2. Равновесие - ходьба с перешагиванием через предметы 3. Ходим и бегаем, меняя направление 4. Ползаем на четвереньках между предметами. 5. Подлезаем под веревку. 6. Бросаем предмет вдаль правой и левой рукой. 7. Слушаем стихи и выполняем характерные движения персонажей.

Октябрь	«Кто скорее добежит до кубика» «Мячик кверху», «Раз согнуться, два согнуться...», «Прыжки и бег».	1. Ходим – бегаем, смена движений 2. Бегаем – догоняем, в разных направлениях. 3. Подбрасываем и ловим, ловкость, быстрота. 4. Равновесие - побеги, не задень предмет. 5. Прыгаем и бегаем легко, по сигналу.
Ноябрь	«Кот и мыши», «Великаны и гномы», «Найди свой цвет», «Успей поймать».	1. Выполняем характерные движения в игре «Кот и мыши», «Великаны и гномы». 2. Мягко пружиним в коленях, закрепляем основные движения. 3. Запоминаем, различаем цвет. 4. Играем с мячом. Развиваем координацию и внимание.
Декабрь	«Лошадка» «Меткие стрелки», «С кочки на кочку», «Карусель», «Поезд», «Жеребята».	1. Развиваем внимание и координацию движений. 2. Развиваем меткость попадания в мишень. 3. Ходим на лыжах. 4. Ходим по гимнастической скамейке. 5. Выполняем спортивные упражнения.
Январь	«Зайцы и Волк», «Лиса в курятнике», «Карусель в лесу», «Кто ушел?»	6. Выполняем характерные движения 7. Реагируем на сигнал. 8. Выполняем задания. 9. Движения под музыку. 10. Закрепляем умения ходить и бегать, прыгать.
Февраль	«Совушка», «Кто скорее добежит до флажка», «Зайцы и Волк», «Котята и щенята».	7. Катаем мяч в цель, толкаем мяч, прыгаем как мячики. 8. Развиваем внимание «Зеваки». 9. Катаем обруч друг другу. 10. Пролезаем в обруч. 11. Прыгаем в обруч. 12. Развиваем смелость и точность.
Март	«Лошадка», «Бездомный заяц», «Хитрая лиса», «Караси и щука».	1. Проявляем легкость, гибкость. 2. Развиваем внимание «Хитрая лиса», «Караси и щука». 3. Проявляем инициативу.
Апрель	«Поезд», «Жеребята», «Догони пару», «Совушка».	1. Двигаемся с остановкой по сигналу. 2. Развиваем чувство равновесия и координации, прыгаем по музыку. 3. Повторяем, закрепляем. Любимая игра «Догони пару!».
Май	«У медведя во бору», «Ловишки», «Сбей булаву», «Мяч через сетку», «Пастух и стадо», «На прогулке».	1. Закреплять умение ходить по разным дорожкам. 2. Прыгаем в высоту, в длину с места. 3. Ползаем и подлезаем под дугу. 4. Развиваем координацию движений, ориентировку в пространстве, ловкость и самостоятельность.

Приложение 4 Примерное планирование образовательной деятельности по физическому развитию детей 5 – 6 лет.

Сентябрь

Календарные сроки	Содержание деятельности
1 неделя (три занятия)	Тема первой недели: « Ползание и лазание».
2 неделя (три занятия)	Тема второй недели: «Рисуем движения».
3 неделя (три занятия)	Тема третьей недели: « Морские путешественники». «Ходьба, упражнения в равновесии».
4 неделя (три занятия)	Тема четвертой недели: «Животные и их движения».

Организация двигательного режима

Физкультурные занятия	3 раза в неделю
Спортивные прогулки с использованием подвижных игровых упражнений	3 раза в неделю
Музыкально – ритмические движения	2 раза в неделю
Оздоровительный бег	Ежедневно

Обеспечение условий для эффективной физкультурно-оздоровительной работы

Соблюдение гибкого режима (совместно с воспитателем, музыкальным руководителем, родителями).
Использование спортивной предметно – развивающей среды.
Использование современного спортивного инвентаря и оборудования.
Учет возрастных особенностей и физического состояния здоровья.

1 неделя (три занятия: первое - на освоение двигательных упражнений, второе и третье на повторение, закрепление)

Образовательная область. Цель. Задачи.	Тема	Виды и формы совместной образовательной деятельности	Индивидуальные эталоны усвоения и самостоятельная деятельность	Целевые ориентиры
Физическое развитие. Цель: создание условий для приобретения опыта в двигательной деятельности, направленных на развитие двигательных качеств с учетом требований	«Ползание и лазание». Краткое содержание: - ползание на четвереньках; - подтягивание с помощью рук;	Двигательная. Общеразвивающие упражнения: исходное положение – стоять, пятки вместе, носки врозь. Приседания. Основные движения (Мониторинговые задания) Ползание на четвереньках,	Самостоятельное выполнение общеразвивающих упражнений. Самостоятельное выполнение основных движений: ползание на четвереньках,	- ребенок может самостоятельно выполнять заданные упражнения, движения; - проявляет физическую активность при выполнении основных движений;

мониторинга. Задача: закрепить навыки по накоплению опыта в двигательной деятельности, направленных на развитие двигательных качеств в процессе выполнения заданий с учетом требований мониторинга.	- ползание и перелезание через предметы; - выполнение мониторинговых заданий по теме.	толкая головой мяч по скамейке Подтягивание на скамейке с помощью рук. Ползание и перелезание через предметы: скамейки, бревна. Лазание по лестнице с перекрестной координацией движений рук. Игровая. Подвижная игра «Пожарные на ученье».	толкая головой мяч по скамейке, подтягивание на скамейке с помощью рук, ползание и перелезание через предметы: скамейки, бревна. Участие в коллективной подвижной игре.	- способен договариваться, учитывать интересы других детей в коллективных подвижных играх.
--	--	--	--	--

2 неделя (три занятия: первое - на освоение двигательных упражнений, второе и третье на повторение, закрепление)

Образовательная область. Цель. Задачи.	Тема	Виды и формы совместной образовательной деятельности	Индивидуальные эталоны усвоения и самостоятельная деятельность	Целевые ориентиры
Физическое развитие Цель: создание условий для приобретения опыта в двигательной деятельности, направленных на развитие двигательных качеств. Задача: формировать потребность в ежедневной двигательной деятельности.	«Рисуем движения». Краткое содержание: - рисуем головой; - рисуем локтями, - рисуем туловищем. - мониторинговые задания.	Двигательная. Общеразвивающие упражнения. Мониторинговые задания Рисуем круглое солнце головой. Рисуем шары локтями. Рисуем колеса машины туловищем. Рисуем езду на велосипеде (лежа). Игровая. Подвижная игра «Кто быстрее», повторение.	Самостоятельное выполнение общеразвивающих упражнений. Выполнение указаний физкультурного руководителя. Индивидуальная отработка основных движений.	- ребенок может контролировать свои движения и управлять ими; - имеет развитую потребность бегать, прыгать; - уверен в своих силах; - открыт внешнему миру; - положительно относится к себе и другим.

3 неделя (три занятия, первое – на освоение, второе и третье на повторение и закрепление)

Образовательная область. Цель. Задачи.	Тема	Виды и формы совместной образовательной деятельности	Индивидуальные эталоны усвоения и самостоятельная деятельность	Целевые ориентиры
Цель: создание условий для приобретения опыта в двигательной деятельности, направленных на развитие двигательных качеств. Задача: совершенствовать технику основных движений.	«Морские путешественники». Ходьба, упражнения в равновесии. Краткое содержание: - упражнения «Все на весла», - упражнение «Вверх по реке» - упражнение «Морская пляска»	Двигательная. Общеразвивающие движения (по выбору педагога) и основные движения по теме недели. Ходьба в колонне. Обычный бег. Мониторинговые задания. Ходьба по шнуру (5 – 10 метров), приставной шаг с приседанием, полуприседание с выставлением ноги на пятку. Ходьба на пятках и носках. Упражнение «Все на весла» - рывки прямыми руками назад (8 раз); Упражнение «Морская пляска» - присесть, разводя колени в стороны, спина прямая (8 раз). Игровая. Подвижная игра «Кто быстрее».	Самостоятельное выполнение общеразвивающих упражнений. Выполнение указаний физкультурного руководителя. Индивидуальная отработка основных движений.	- ребенок может контролировать свои движения и управлять ими; - имеет развитую потребность бегать, прыгать; - уверен в своих силах; - открыт внешнему миру; - положительно относится к себе и другим.

4 неделя (три занятия: первое - на освоение двигательных упражнений, второе и третье на повторение, закрепление)

Образовательная область. Цель. Задачи.	Тема	Виды и формы совместной образовательной деятельности	Индивидуальные эталоны усвоения и самостоятельная деятельность	Целевые ориентиры
Цель: создание условий для приобретения опыта в	«Животные и их движения». Краткое содержание: - упражнение	Двигательная. Общеразвивающие упражнения: ходьба, бег, построение. Образное выполнение движений:	Самостоятельное выполнение общеразвивающих упражнений.	- ребенок способен самостоятельно выполнять образные движения различных персонажей;

двигательной деятельности, направленных на развитие двигательных качеств. Задача: обогащать двигательный опыт детей, совершенствовать технику образных движений.	«Мышки»; - упражнение «Лошадки»; - упражнение «Верблюд»; - упражнение «Слон»; - упражнение «Медведь».	(мониторинговые задания) - упражнение «Мышки»; - упражнение «Лошадки»; - упражнение «Верблюд»; - упражнение «Слон» - упражнение «Медведь» Все движения сопровождаются четверостишиями. Например: «Руки ниже опусти И достанешь до земли. Тихо – тихо мышь идет, Потому что рядом кот». И так далее... - упражнение «Мышки»; - упражнение «Лошадки»; - упражнение «Слон»; - упражнение «Медведь». Игровая. Подвижная игра «Медведь»	Самостоятельное выполнение образных упражнений «Мышки», «Лошадки», «Верблюд», «Слон», «Медведь». Слушание и запоминание четверостиший о животных. Участие в подвижной игре.	- проявляет элементы творчества при изображении персонажей; - проявляет физическую активность при выполнении основных движений; - способен договариваться, учитывать интересы других детей в коллективных подвижных играх.
---	--	--	--	---

Качественные показатели освоения элементов техники основных движений детей 5 - 6 лет

Основные движения	Показатель
Ходьба и бег, равновесие	Ходьба и равновесие с ненапряженным положением туловища и головы. Ходьба на пятках, на носках, в полуприседе. Ходьба с перешагиванием через предметы (высота 20сантиметров), по наклонной доске (высота 35 сантиметров), по шнуру и бревну. Ходьба с поворотами, с кружением, по пенькам, спиной вперед. Бег. На носках, через предметы и между ними, бег в медленном темпе (100метров), в быстром темпе (3раза по 10 метров)
Прыжки	Прыжки на месте, прыжки через 3 – 4 предмета. Прыжки в длину с места - 70 – 80 сантиметров, в высоту – 30 – 35 сантиметров, с разбега в длину – 100 сантиметров.
Метание, бросание, ловля	Бросание мяча вверх, о землю, ловля – не менее 8раз. Метание предмета на дальность (расстояние 5 метров), в горизонтальную цель (2 метра), в вертикальную цель (расстояние 1,5 – 2 метра).
Лазание	Ползание на четвереньках между предметами. Подтягивание на скамейке с помощью рук. Подлезание под дуги.

Октябрь

Календарные сроки	Содержание деятельности
1 неделя (три занятия)	Тема первой недели: «Движение – жизнь. Прыжки»
2 неделя (три занятия)	Тема второй недели: « Игровые упражнения. Труд в осеннем огороде»
3 неделя (три занятия)	Тема третьей недели: « Ходим – бегаем. Собираем урожай».
4 неделя (три занятия)	Тема четвертой недели: «Прыжки в длину с разбега»

Организация двигательного режима

Физкультурные занятия	3 раза в неделю
Спортивные прогулки с использованием подвижных игровых упражнений	3 раза в неделю
Музыкально – ритмические движения	2 раза в неделю
Оздоровительный бег	Ежедневно

Обеспечение условий для эффективной физкультурно-оздоровительной работы

Соблюдение гибкого режима (совместно с воспитателем, музыкальным руководителем, родителями).
Использование спортивной предметно – развивающей среды
Использование современного спортивного инвентаря и оборудования
Учет возрастных особенностей и физического состояния здоровья

1 неделя (три занятия: первое на ознакомление, второе и третье на повторение, закрепление)

Образовательная область. Цель. Задача.	Тема	Виды и формы совместной образовательной деятельности	Индивидуальные эталоны усвоения и самостоятельная деятельность	Целевые ориентиры (результат)
Физическое развитие. Цель: создание условий для развития у детей двигательных навыков. Задача: освоить основные движения в	Тема первой недели: «Движение – жизнь. Прыжки » Краткое содержание: - ходьба и бег с сохранением дистанции; - упражнения с мячом; - ходьба с построением; - прыжки на месте; - прыжки через несколько предметов;	Коммуникативная. Рассказ с объяснением о ходьбе с построением в звенья. Двигательная. ходьба, построения в звенья; - общеразвивающие упражнения: ходьба с высоким подниманием коленей, медленный бег. Основные движения по теме недели: - бег со средней скоростью (100 метров, 45 секунд), бег по доскам. Подвижные игры:	Слушание рассказа с объяснением о ходьбе с построением в звенья. Участие в двигательной деятельности. Выполнение общеразвивающих упражнений. Выполнение основных движений. Самостоятельное	- ребенок умеет внимательно слушать рассказ с объяснением; - активен в двигательной деятельности; - проявляет выносливость при выполнении общеразвивающих упражнений; - с интересом участвует в

процессе разных видов двигательной деятельности; освоить прыжки на месте, через несколько предметов, через скакалку.	- прыжки через скакалку - подвижные игры.	«Затейники», «Паук». прыжки на месте; - прыжки через 5 – 6 предметов; - прыжки через неподвижную скакалку. Игровая. «Парашютики», « На одной ножке – по дорожке».	выполнение разных видов прыжков. Участие в подвижных играх «Затейники», «Паук», «Парашютики», «На одной ножке – по дорожке».	подвижных играх. - соблюдает дистанцию в прыжках; - умеет выбирать партнеров для совместной игровой деятельности.
--	--	---	---	---

2 неделя (три занятия: первое на ознакомление, второе и третье на повторение, закрепление)

Образовательная область. Цель. Задача.	Тема	Виды и формы совместной образовательной деятельности	Индивидуальные эталоны усвоения и самостоятельная деятельность	Целевые ориентиры (результат)
Физическое. Развитие. Цель: создание условий для освоения, закрепления двигательных навыков. Задача: научить правильно, выполнять простые общеразвивающие упражнения.	Тема второй недели: «Игровые упражнения. Труд в осеннем огороде». Краткое содержание - передвижение разными шагами; - бег (разные варианты); - ходьба и бег; - повороты; -прыжки (разные варианты). - убираем морковь: (общеразвивающие упражнения) - собираем огурцы; (Общеразвивающие упражнения) - собираем фрукты; - радуемся урожаю.	Коммуникативная. Беседа об овощах и фруктах. Загадки об овощах и фруктах. Двигательная. Ходьба и бег. Общеразвивающие упражнения и основные движения. Игровые упражнения: передвижение приставными шагами правым (левым) боком с разной скоростью, в одном или в разном направлениях. Бег с выполнением заданий. Чередование ходьбы и бега. Повороты на месте. Прыжок в длину с разбега. Прыжок в высоту с разбега Смена двигательной деятельности: - убираем морковь (общеразвивающие упражнения); - ходьба на носках, пятках; - собираем огурцы;	Участие в беседе. Самостоятельное отгадывание загадок. Самостоятельное выполнение игровых общеразвивающих упражнений; Участие в коллективных подвижных играх: «Кто быстрее соберет урожай», «Садовник». Участие в игровых упражнениях. Самостоятельное выполнение всех двигательных заданий	- ребенок умеет самостоятельно выполнять игровые общеразвивающие упражнения; - проявляет ловкость и быстроту в подвижных играх; - умеет выбирать партнеров для совместной игровой деятельности.

		(общеразвивающие упражнения) хождение между кеглями; - собираем фрукты; прыжки на месте; - радуемся урожаю, легкий бег. Игровая. Подвижные игры: «Кто быстрее соберет урожай», «Садовник».		
--	--	---	--	--

3 неделя(три занятия: первое на ознакомление, второе и третье на повторение, закрепление)

Образовательная область. Цель. Задача.	Тема	Виды и формы совместной образовательной деятельности	Индивидуальные эталоны усвоения и самостоятельная деятельность	Целевые ориентиры (результат)
Физическое развитие. Цель: создание условий для формирования потребности в ежедневной двигательной деятельности. Задача: обогащать двигательный опыт детей.	Тема третьей недели: « Ходим – бегаем. Собираем урожай». Краткое содержание: - ходьба в колонне; - ходьба на пятках; - ходьба на носках; - ходьба и прыжки; - бег с изменением темпа; - общеразвивающие упражнения. - прыжки; - подлезание под дуги.	Коммуникативная. Беседа о пользе ходьбы и бега. Двигательная. Общеразвивающие упражнения и основные движения по теме недели. Ходьба в колонне друг за другом. Ходьба на пятках. Ходьба на носках. Ходьба и прыжки: ноги вместе, ноги врозь. Бег с изменением темпа. Ходьба с восстановлением дыхания. Общеразвивающие упражнения: на каждый счет смена положения головы (вверх, вниз, влево, вправо). Прыжки. «Собираем урожай» игровые действия по заданию педагога. Игровая. Подвижная игра « Горелки».	Освоение разных видов ходьбы: ходьба в колонне друг за другом, ходьба на пятках, ходьба на носках. Выполнение разного вида бега, по указанию взрослого. Самостоятельное выполнение общеразвивающих упражнений. Участие в подвижной игре.	- ребенок может контролировать свои движения и управлять ими; - имеет развитую потребность бегать, прыгать; - ребенок уверен в своих силах; - с интересом участвует в совместных играх; - соблюдает правила игры; - активно взаимодействует со сверстниками и взрослыми.

4 неделя(три занятия: первое на ознакомление, второе и третье на повторение, закрепление)

Образовательная область.	Тема	Виды и формы совместной	Индивидуальные эталоны	Целевые ориентиры
--------------------------	------	-------------------------	------------------------	-------------------

Цель. Задачи.		образовательной деятельности	усвоения и самостоятельная деятельность	(результат)
Физическое развитие. Цель: создание условий для формирования потребности в ежедневной двигательной деятельности. Задача: дать основные практические навыки по прыжкам в длину с разбега.	Тема четвертой недели: «Прыжки в длину с разбега». Краткое содержание: - прыжки с разбега; - отталкивание и приземление; - равновесие.	Двигательная. Прыжки с разбега на дальность. Отталкиваемся и приземляемся. Правила приземления. Мини – соревнование «Кто дальше прыгнет». Игровая. Подвижная игра «Прыгалка».	Участие в освоении практических навыков по прыжкам в длину с разбега. Освоение приемов отталкивания и приземления. Участие в соревновании «Кто дальше прыгнет». Участие в подвижной игре.	- ребенок освоил практические навыки по прыжкам в длину с разбега; - имеет потребность бегать, прыгать; - соблюдает правила игры; - активно взаимодействует со сверстниками и взрослыми.
Итоговое игровое занятие. Цель: создание условий для проведения итогового занятия по пройденным темам. Задача: подвести итог развития детей, в процессе выполнения программных двигательных упражнений, подвижных игр.	Итоговое игровое занятие. Повторение, закрепление навыков ходьбы, бега, прыжков, общеразвивающих упражнений.	Повторение, закрепление навыков ходьбы, бега, прыжков, общеразвивающих упражнений Игровая. Подвижные игры: «Затейники», «Паук», «Парашютики», «На одной ножке – по дорожке», «Кто быстрее соберет урожай», «Садовник», «Горелки».	Участие в повторении закреплении двигательных навыков. Участие в игровой деятельности.	- ребенок умеет самостоятельно выполнять игровые общеразвивающие упражнения; - активно взаимодействует со сверстниками и взрослыми.

Ноябрь

Календарные сроки	Содержание деятельности
1 неделя (три занятия)	Тема первой недели: «Буду расти здоровым» «Выносливые и сильные».
2 неделя (три занятия)	Тема второй недели: «Развиваем ловкость». «Равновесие».
3 неделя (три занятия)	Тема третьей недели: «Ходьба и бег парами». «Игровая эстафета».
4 неделя (три занятия)	Тема четвертой недели «Игры с метанием». «Подвижные игры». Повторение, закрепление.

Организация двигательного режима

Физкультурные занятия	3 раза в неделю
Спортивные прогулки с использованием подвижных игровых упражнений	3 раза в неделю

Музыкально – ритмические движения	2 раза в неделю
Оздоровительный бег	Ежедневно

Обеспечение условий для эффективной физкультурно-оздоровительной работы

Соблюдение гибкого режима (совместно с воспитателем, музыкальным руководителем, родителями).
Использование спортивной предметно – развивающей среды
Использование современного спортивного инвентаря и оборудования
Учет возрастных особенностей и физического состояния здоровья

1 неделя (три занятия, каждое занятие со своей тематикой)

Образовательная область. Цель. Задачи.	Тема	Виды и формы совместной образовательной деятельности	Индивидуальные эталоны усвоения и самостоятельная деятельность	Целевые ориентиры
Физическое развитие. Занятие 1 и 2 Цель: создание условий для формирования потребности в ежедневной двигательной деятельности. Задача: познакомить детей с различными видами спорта.	«Буду расти здоровым». Краткое содержание: - ходьба, бег, перестроение; - гимнасты, пловцы, футболисты.	Коммуникативная. Рассказ педагога (инструктора) о видах спорта. Двигательная. Общеразвивающие и основные движения по теме - ходьба с поворотами в углах; - ходьба на носках и пятках; - перестроение в три круга. Виды спорта. Гимнасты. Приседание с прямой спиной, колени в стороны. Возвращение в исходную позицию. Повторить 8 раз. Пловцы. Исходное положение – лечь на живот. Руки вдоль туловища. Поднятие головы и верхней части туловища (прогнуться). Повторить 8 раз. Футболисты. Исходное положение – лечь на спину, руки в стороны.	Участие в беседе о разных видах спорта. Совершенствование физических качеств. Выполнение упражнений: ходьба с поворотами в углах, ходьба на носках и пятках, перестроение в три круга. Участие в разных видах двигательной деятельности. Самостоятельное выполнение упражнений по теме «Гимнасты», «Пловцы», «Футболисты». Участие в подвижной игре.	- ребенок умеет поддержать беседу; - ребенок может контролировать свои движения и управлять ими; - умеет самостоятельно выполнять упражнения, связанные с разными видами спорта; - активно взаимодействует со сверстниками и взрослыми.

		Сгибать поочередно ноги в коленях и бить по воображаемому мячу. Повторить 8 раз (каждой ногой). Игровая. «Передача мяча».		
Занятие 3. Цель: создание условий для освоения, закрепления двигательных навыков. Задача: развивать физические качества: выносливость, быстроту, силу.	«Выносливые и сильные». Краткое содержание: - упражнения для развития скоростно – силовых качеств; - упражнения для развития силы; - упражнения для развития выносливости.	Двигательная. Бег и прыжки через препятствия высотой от 15 до 30 см. Прыжки с продвижением вперед на расстояние 5 метров. Бег с высоким подниманием колен на расстояние 8 – 10 метров. Упражнение с тренажером «Здоровье». Пробегание двух отрезков по 100 метров. Игровая. Подвижные игры: «Лягушки и цапли», «Самолеты».	Индивидуальное участие в беге и прыжках через препятствия высотой от 15 до 30 см. Индивидуальное участие в беге с высоким подниманием колен на расстояние 8 – 10 метров. Самостоятельное выполнение упражнений на тренажере «Здоровье». Пробегание двух отрезков по 100 метров. Участие в подвижных играх «Лягушки и цапли», «Самолеты».	- ребенок имеет достаточный опыт в освоении общеразвивающих и спортивных упражнений; - в двигательной деятельности проявляет хорошую выносливость, быстроту, силу; - в самостоятельной двигательной деятельности ребенок с удовольствием общается со сверстниками и взрослыми.

2 неделя (три занятия, каждое занятие со своей тематикой)

Образовательная область. Цель. Задачи.	Тема	Виды и формы совместной образовательной деятельности	Индивидуальные эталоны усвоения и самостоятельная деятельность	Целевые ориентиры
Физическое развитие. Занятие 4 и 5. Цель: создание условий для развития ловкости. Задача: развивать	«Развиваем ловкость». Краткое содержание: - упражнения с гимнастическими палками и кольцами; - подвижные игры.	Коммуникативная. Беседа о безопасном выполнении движений с предметами Двигательная. Общеразвивающие и основные движения по теме недели Бег с перешагиванием через гимнастические палки.	Самостоятельный бег с перешагиванием через гимнастические палки. Самостоятельный челночный бег 3 раза по 10 метров. Самостоятельное выполнение движений с	- ребенок имеет достаточный опыт в освоении общеразвивающих и спортивных упражнений; - в двигательной деятельности проявляет хорошую выносливость,

ловкость в процессе выполнения игр и упражнений.		Челночный бег 3 раза по 10 метров. Перебрасывание палки из одной руки в другую перед собой. Перебрасывание кольца диаметром 25 - 30 см из руки в руку. Игровая. Подвижные игры «Будь ловким», «Не задень» (обегание предметов).	предметами: гимнастическими палками и кольцами. Участие в подвижных играх игры «Будь ловким», «Не задень».	быстроту, силу; - в самостоятельной двигательной деятельности ребенок с удовольствием общается со сверстниками и взрослыми.
Занятие 6. Цель: создание условий для развития движений на равновесие. Задача: освоить основные движения на удержание равновесия.	«Равновесие». Краткое содержание: - ходьба через предметы; - ходьба по гимнастической скамейке; - ходьба по бревну.	Двигательная. Общеразвивающие упражнения и основные движения по теме недели. Ходьба через предметы высотой 25-30 см. Ходьба по наклонной доске высотой 35- 40см, шириной 20 см. Ходьба по гимнастической скамейке с закрытыми глазами, с поворотами. Ходьба по бревну высотой 25-30 см, шириной 10 см, с мешочком на голове 500 граммов. Игровая. Подвижные игры «Сделай фигуру», «Мы веселые ребята».	Освоение ходьбы через предметы высотой 25-30 см. Самостоятельная ходьба по наклонной доске высотой 35-40 см, шириной 20 см. Самостоятельная ходьба по гимнастической скамейке с закрытыми глазами, с поворотами. Самостоятельная ходьба по бревну высотой 25-30 см, шириной 10 см, с мешочком на голове 500г. Участие в подвижных играх. Игры «Сделай фигуру», «Мы веселые ребята».	- ребенок освоил ходьбу через предметы высотой 25-30 см; - умеет удерживать равновесие при ходьбе по гимнастической скамейке с закрытыми глазами, с поворотами; - проявляет активность в игровой двигательной деятельности.

3 неделя (три занятия, первое на освоение, второе и третье – на повторение, закрепление)

Образовательная область. Цель. Задачи.	Тема	Виды и формы совместной образовательной деятельности	Индивидуальные эталоны усвоения и самостоятельная деятельность	Целевые ориентиры
Физическое развитие.	«Ходьба и бег парами».	Коммуникативная. Беседа о том, как выполняются движение в	Освоение бега и ходьбы парами.	- ребенок освоил бег и ходьбу парами;

Занятие 7 и 8 Цель: создание условий для освоения, закрепления двигательных навыков. Задача: освоить двигательные упражнения в парах, колонне, шеренге; развивать навыки коллективного взаимодействия в народных играх.	Краткое содержание: - ходьба и бег парами; - упражнения в колонне; - упражнения в шеренге.	парах. Двигательная. Общеразвивающие упражнения (по выбору педагога) и основные движения по теме недели. Ходьба и бег парами. Ходьба и бег врассыпную. Выполнение упражнений на равновесие двумя колоннами. Дети шеренгами прыгают на двух ногах через шнуры. Игровая. Подвижные игры «Парный бег», «Встречные перебежки».	Выполнение упражнений в колонне. Выполнение упражнений в шеренге. Участие в подвижных играх «Парный бег», «Встречные перебежки».	- может самостоятельно контролировать двигательные упражнения в колонне, шеренге; - проявляет активность в игровой двигательной деятельности.
	«Игры – эстафеты».	Двигательная. Игры – эстафеты: «Эстафета парами», «Пронеси мяч, не задев кеглю», «Дорожка препятствий», «Забрось мяч в кольцо».	Участие в играх - эстафетах	- в самостоятельной двигательной деятельности ребенок с удовольствием общается со сверстниками и взрослыми.

4 неделя (три занятия, каждое занятие со своей тематикой)

Образовательная область. Цель. Задачи.	Тема	Виды и формы совместной образовательной деятельности	Индивидуальные эталоны усвоения и самостоятельная деятельность	Целевые ориентиры
Физическое развитие. Занятие 10 и 11 Цель: создание условий для освоения, закрепления двигательных навыков. Задача: развивать навыки коллективного взаимодействия в подвижных играх.	«Игры с метанием».	Игровая. Игры с метанием: «Охотники и зайцы», «Попади в обруч», «Сбей мяч», «Сбей кеглю»,	Участие в подвижных играх «Охотники и зайцы», «Попади в обруч», «Сбей мяч», «Сбей кеглю», «Школа мяча».	- в самостоятельной двигательной деятельности ребенок с удовольствием общается со сверстниками и взрослыми.

Занятие 12. Цель: подведение итогов в двигательной деятельности за месяц. Задача: анализ эффективности развития двигательных навыков за месяц.	«Подвижные игры». Повторение, закрепление.	Игровая. Подвижные игры: «Сделай фигуру», «Мы веселые ребята». Игры – эстафеты: «Эстафета парами», «Пронеси мяч, не задев кеглю», «Дорожка препятствий», «Забрось мяч в кольцо».	Участие в подвижных играх. Участие в играх – эстафетах Самостоятельное забрасывание мяча в корзину.	- в самостоятельной двигательной деятельности ребенок с удовольствием общается со сверстниками и взрослыми.
--	--	--	---	---

Декабрь

Календарные сроки	Содержание деятельности
1 неделя (три занятия)	Тема первой недели: «Ползание и лазание».
2 неделя (три занятия)	Тема второй недели: «Рисуем движения».
3 неделя (три занятия)	Тема третьей недели: «Морские путешественники». «Ходьба, упражнения в равновесии».
4 неделя (три занятия)	Тема четвертой недели: «Животные и их движения».

Организация двигательного режима

Физкультурные занятия	3 раза в неделю
Спортивные прогулки с использованием подвижных игровых упражнений	3 раза в неделю
Музыкально – ритмические движения	2 раза в неделю
Оздоровительный бег	Ежедневно

Обеспечение условий для эффективной физкультурно-оздоровительной работы

Соблюдение гибкого режима (совместно с воспитателем, музыкальным руководителем, родителями).
Использование спортивной предметно – развивающей среды.
Использование современного спортивного инвентаря и оборудования.
Учет возрастных особенностей и физического состояния здоровья.

1 неделя (три занятия: первое - на освоение двигательных упражнений, второе и третье на повторение, закрепление)

Образовательная область. Цель. Задачи.	Тема	Виды и формы совместной образовательной деятельности	Индивидуальные эталоны усвоения и самостоятельная деятельность	Целевые ориентиры

Физическое развитие. Цель: создание условий для приобретения опыта в двигательной деятельности, направленных на развитие двигательных качеств с учетом требований мониторинга. Задача: закрепить навыки по накоплению опыта в двигательной деятельности, направленных на развитие двигательных качеств в процессе выполнения заданий с учетом требований мониторинга.	«Ползание и лазание». Краткое содержание: - ползание на четвереньках; - подтягивание с помощью рук; - ползание и перелезание через предметы; - выполнение мониторинговых заданий по теме.	Двигательная. Общеразвивающие упражнения: исходное положение – стоять, пятки вместе, носки врозь. Приседания. Основные движения (Мониторинговые задания) Ползание на четвереньках, толкая головой мяч по скамейке Подтягивание на скамейке с помощью рук. Ползание и перелезание через предметы: скамейки, бревна. Лазание по лестнице с перекрестной координацией движений рук. Игровая. Подвижная игра «Пожарные на ученье».	Самостоятельное выполнение общеразвивающих упражнений. Самостоятельное выполнение основных движений: ползание на четвереньках, толкая головой мяч по скамейке, подтягивание на скамейке с помощью рук, ползание и перелезание через предметы: скамейки, бревна. Участие в коллективной подвижной игре.	- ребенок может самостоятельно выполнять заданные упражнения, движения; - проявляет физическую активность при выполнении основных движений; - способен договариваться, учитывать интересы других детей в коллективных подвижных играх.
--	---	--	--	--

2 неделя (три занятия: первое - на освоение двигательных упражнений, второе и третье на повторение, закрепление)

Образовательная область. Цель. Задачи.	Тема	Виды и формы совместной образовательной деятельности	Индивидуальные эталоны усвоения и самостоятельная деятельность	Целевые ориентиры
Физическое развитие Цель: создание условий для приобретения опыта в двигательной деятельности, направленных на развитие двигательных	«Рисуем движения». Краткое содержание: - рисуем головой; - рисуем локтями, - рисуем туловищем. - мониторинговые задания.	Двигательная. Общеразвивающие упражнения. Мониторинговые задания Рисуем круглое солнце головой. Рисуем шары локтями. Рисуем колеса машины туловищем. Рисуем езду на велосипеде (лежа). Игровая. Подвижная игра «Кто быстрее», повторение.	Самостоятельное выполнение общеразвивающих упражнений. Выполнение указаний физкультурного руководителя. Индивидуальная отработка основных движений.	- ребенок может контролировать свои движения и управлять ими; - имеет развитую потребность бегать, прыгать; - уверен в своих силах; - открыт внешнему миру; - положительно относится к себе и другим.

качеств. Задача: формировать потребность в ежедневной двигательной деятельности.				
---	--	--	--	--

3 неделя (три занятия, первое – на освоение, второе и третье на повторение и закрепление)

Образовательная область. Цель. Задачи.	Тема	Виды и формы совместной образовательной деятельности	Индивидуальные эталоны усвоения и самостоятельная деятельность	Целевые ориентиры
Цель: создание условий для приобретения опыта в двигательной деятельности, направленных на развитие двигательных качеств. Задача: совершенствовать технику основных движений.	«Морские путешественники». Ходьба, упражнения в равновесии. Краткое содержание: - упражнения « Все на весла», - упражнение «Вверх по реке» - упражнение «Морская пляска» - упражнение «Уборка на корабле».	Двигательная. Общеразвивающие движения (по выбору педагога) и основные движения по теме недели. Ходьба в колонне. Обычный бег. Мониторинговые задания. Ходьба по шнуру (5 – 10 метров), приставной шаг с приседанием, полуприседание с выставлением ноги на пятку. Ходьба на пятках и носках. Упражнение « Все на весла» - рывки прямыми руками назад (8 раз); Упражнение «Морская пляска» - присесть, разводя колени в стороны, спина прямая (8 раз). Упражнение «Уборка на корабле» - драим палубу (имитация мытья пола шваброй). Игровая.	Самостоятельное выполнение общеразвивающих упражнений. Выполнение указаний физкультурного руководителя. Индивидуальная отработка основных движений.	- ребенок может контролировать свои движения и управлять ими; - имеет развитую потребность бегать, прыгать; - уверен в своих силах; - открыт внешнему миру; - положительно относится к себе и другим.

		Подвижная игра «Кто быстрее».		
--	--	-------------------------------	--	--

4 неделя (три занятия: первое - на освоение двигательных упражнений, второе и третье на повторение, закрепление)

Образовательная область. Цель. Задачи.	Тема	Виды и формы совместной образовательной деятельности	Индивидуальные эталоны усвоения и самостоятельная деятельность	Целевые ориентиры
Цель: создание условий для приобретения опыта в двигательной деятельности, направленных на развитие двигательных качеств. Задача: обогащать двигательный опыт детей, совершенствовать технику образных движений.	«Животные и их движения». Краткое содержание: - упражнение «Мышки»; - упражнение «Лошадки»; - упражнение «Верблюды»; - упражнение «Слон»; - упражнение «Медведь».	Двигательная. Общеразвивающие упражнения: ходьба, бег, построение. Образное выполнение движений: (мониторинговые задания) - упражнение «Мышки»; - упражнение «Лошадки»; - упражнение «Верблюды»; - упражнение «Слон» - упражнение «Медведь» Все движения сопровождаются четверостишиями. Например: «Руки ниже опусти И достанешь до земли. Тихо – тихо мышь идет, Потому что рядом кот». И так далее... - упражнение «Мышки»; - упражнение «Лошадки»; - упражнение «Слон»; - упражнение «Медведь». Игровая. Подвижная игра «Медведь»	Самостоятельное выполнение общеразвивающих упражнений. Самостоятельное выполнение образных упражнений «Мышки», «Лошадки», «Верблюды», «Слон», «Медведь». Слушание и запоминание четверостиший о животных. Участие в подвижной игре.	- ребенок способен самостоятельно выполнять образные движения различных персонажей; - проявляет элементы творчества при изображении персонажей; - проявляет физическую активность при выполнении основных движений; - способен договариваться, учитывать интересы других детей в коллективных подвижных играх.

Качественные показатели освоения элементов техники основных движений детей 5 - 6 лет

Основные движения	Показатель
Ходьба и бег, равновесие	Ходьба и равновесие с ненапряженным положением туловища и головы. Ходьба на пятках, на носках, в полуприседе.

	Ходьба с перешагиванием через предметы (высота 20сантиметров), по наклонной доске (высота 35 сантиметров),по шнуру и бревну. Ходьба с поворотами, с кружением, по пенькам, спиной вперед. Бег. На носках, через предметы и между ними, бег в медленном темпе (100метров), в быстром темпе (3раза по 10 метров)
Прыжки	Прыжки на месте, прыжки через 3 – 4 предмета. Прыжки в длину с места - 70 – 80 сантиметров, в высоту – 30 – 35 сантиметров, с разбега в длину – 100 сантиметров.
Метание, бросание, ловля	Бросание мяча вверх, о землю, ловля – не менее 8раз. Метание предмета на дальность (расстояние 5 метров), в горизонтальную цель (2 метра), в вертикальную цель (расстояние 1,5 – 2 метра).
Лазание	Ползание на четвереньках между предметами. Подтягивание на скамейке с помощью рук Подлезание под дуги.

Январь

Календарные сроки	Содержание деятельности
1 неделя (три занятия)	Выходные праздничные дни.
2 неделя (три занятия)	Тема второй недели: «Зима»
3 неделя (три занятия)	Тема третьей недели: «Зима». «Народные зимние забавы».
4 неделя (три занятия)	Тема четвертой недели «Подвижные игры». «Народные зимние забавы».

Организация двигательного режима

Физкультурные занятия	3 раза в неделю
Спортивные прогулки с использованием подвижных игровых упражнений	3 раза в неделю
Музыкально – ритмические движения	2 раза в неделю
Оздоровительный бег	Ежедневно

Обеспечение условий для эффективной физкультурно-оздоровительной работы

Соблюдение гибкого режима (совместно с воспитателем, музыкальным руководителем, родителями).
Использование спортивной предметно – развивающей среды
Использование современного спортивного инвентаря и оборудования
Учет возрастных особенностей и физического состояния здоровья

1 неделя праздничные выходные дни.

1 неделя (три занятия на повторение, закрепление двигательных навыков и умений)

Образовательная область. Цель. Задачи.	Тема	Виды и формы совместной образовательной деятельности	Индивидуальные эталоны усвоения и самостоятельная деятельность	Целевые ориентиры
--	------	--	--	-------------------

Физическое развитие. Цель: создание условий для приобретения опыта в двигательной деятельности, направленных на развитие двигательных качеств. Задача: познакомить с зимними видами спорта.	«Зима». Краткое содержание: - беседа о зимних видах спорта; - детский зимний инвентарь; - спортивные упражнения: катание на санках, ходьба на лыжах; - безопасность; - мониторинг.	Коммуникативная. Рассказ о зимних видах спорта. Загадки о зиме. Беседа и рассматривание зимнего детского инвентаря: санки, лыжи, коньки. Двигательная. Мониторинговые задания Катание на санках с горки по одному и парами. Катание друг друга по ровному месту. Ходьба на лыжах по пересеченной местности переменным шагом. Игровая. Подвижная игра «Мороз».	Слушание рассказа Рассказ о зимних видах спорта. Самостоятельное отгадывание загадок. Участие в беседе. Катание на санках с горки по одному и парами. Катание друг друга по ровному месту. Ходьба на лыжах по пересеченной местности переменным шагом. Участие в подвижной игре.	- ребенок в двигательной деятельности проявляет выносливость, силу, координацию; - проявляет инициативу и изобретательность при выполнении упражнений; - знает правила безопасного поведения на улице в зимний период; - проявляет необходимый самоконтроль и самооценку.
--	---	--	--	--

3 неделя (три занятия на повторение, закрепление двигательных навыков и умений)

Образовательная область. Цель. Задачи.	Тема	Виды и формы совместной образовательной деятельности	Индивидуальные эталоны усвоения и самостоятельная деятельность	Целевые ориентиры
Физическое развитие. Цель: создание условий для приобретения опыта в двигательной деятельности, направленных на развитие двигательных качеств. Задача:	«Зима». Краткое содержание: - беседа о зимних видах спорта; - детский зимний инвентарь; - спортивные упражнения: катание на санках, ходьба на лыжах; - безопасность; - мониторинг.	Коммуникативная. Рассказ о зимних видах спорта. Загадки о зиме. Беседа и рассматривание зимнего детского инвентаря: санки, лыжи, коньки. Двигательная. Мониторинговые задания Катание на санках с горки по одному и парами. Катание друг друга по ровному месту. Ходьба на лыжах по пересеченной местности переменным шагом. Игровая.	Слушание рассказа Рассказ о зимних видах спорта. Самостоятельное отгадывание загадок. Участие в беседе. Катание на санках с горки по одному и парами. Катание друг друга по ровному месту. Ходьба на лыжах по пересеченной местности переменным шагом. Участие в подвижной игре.	- ребенок в двигательной деятельности проявляет выносливость, силу, координацию; - проявляет инициативу и изобретательность при выполнении упражнений; - знает правила безопасного поведения на улице в зимний период; - проявляет необходимый самоконтроль и самооценку.

познакомить с зимними видами спорта.		Подвижная игра «Мороз».		
--------------------------------------	--	-------------------------	--	--

4 неделя (три занятия, каждое занятие имеет свою тематику)

Образовательная область. Цель. Задачи.	Тема	Виды и формы совместной образовательной деятельности	Индивидуальные эталоны усвоения и самостоятельная деятельность	Целевые ориентиры
Физическое развитие. Занятие 10 и 11. Цель: создание условий для развития двигательной деятельности детей. Задача: воспитывать у детей желание самостоятельно организовывать и проводить подвижные игры.	«Подвижные игры». Краткое содержание: - игры с бегом; - игры с прыжками; - игры - эстафеты.	Коммуникативная. Беседа о правилах безопасного поведения в подвижных играх. Двигательная. Общеразвивающие упражнения (по рекомендации педагога) Основные движения «Бег», «Прыжки» осваиваются в игровой деятельности. Игры с бегом: «Уголки», «Парный бег», «Бездомный заяц». Игры с прыжками: «Не оставайся на полу», «Кто сделает меньше прыжков», «Пустое место». Игры – эстафеты: «Дорожка препятствий», «Забрось мяч в кольцо».	Участие в беседе о правилах безопасного поведения в подвижных играх. Участие в подвижных играх с бегом: «Уголки», «Парный бег», «Бездомный заяц». В играх с прыжками: «Не оставайся на полу», «Кто сделает меньше прыжков», «Пустое место». В играх – эстафетах: «Дорожка препятствий», «Забрось мяч в кольцо».	- ребенок гармонично физически развит; - в поведении четко выражена потребность в двигательной деятельности и физическом совершенствовании; - способен самостоятельно организовать и проводить подвижные игры; - ребенок может контролировать свои движения и управлять ими.
Занятие 12. Цель: создание условий для развития двигательных качеств в зимний период. Задача: развивать	«Народные зимние забавы». Краткое содержание: - игра в снежки; - зимняя карусель; - катание на санках.	Коммуникативная. Беседа о народных зимних забавах. Загадки о зимних забавах. Двигательная. Общеразвивающие упражнения и основные движения по теме недели (по рекомендации педагога) Катание на санках с горки по одному и парами. Катание друг друга по ровному	Участие в беседе о народных играх – забавах. Самостоятельное отгадывание загадок. Самостоятельное участие в игровой двигательной деятельности. Творческое выполнение игровых заданий.	- ребенок стремится к лучшему результату; - способен самостоятельно привлечь внимание других детей для участия в командной игре; - проявляет познавательную и деловую активность,

потребность и интерес к двигательной деятельности в зимний период в процессе игровой деятельности.		месту (кто быстрее). Зимняя карусель: кто катается на карусели (медведи, зайцы, лиса).		эмоциональную отзывчивость.
--	--	--	--	-----------------------------

Февраль

Календарные сроки	Содержание деятельности
1 неделя (три занятия)	Тема первой недели «Ходьба и бег».
2 неделя (три занятия)	Тема второй недели: «Виды спорта» (с ходьбой, бегом, прыжками).
3 неделя (три занятия)	Тема третьей недели: «Равновесие. Красивая осанка».
4 неделя (три занятия)	Тема четвертой недели: «Школа мяча».

Организация двигательного режима

Физкультурные занятия	3 раза в неделю
Спортивные прогулки с использованием подвижных игровых упражнений	3 раза в неделю
Музыкально – ритмические движения	2 раза в неделю
Оздоровительный бег	Ежедневно

Обеспечение условий для эффективной физкультурно-оздоровительной работы

Соблюдение гибкого режима (совместно с воспитателем, музыкальным руководителем, родителями).
Использование спортивной предметно – развивающей среды
Использование современного спортивного инвентаря и оборудования
Учет возрастных особенностей и физического состояния здоровья

1 неделя (три занятия, первое на освоение движений, второе и третье – на повторение, закрепление)

Образовательная область. Цель. Задачи.	Тема	Виды и формы совместной образовательной деятельности	Индивидуальные эталоны усвоения и самостоятельная деятельность	Целевые ориентиры
Физическое развитие. Цель: создание условий для развития	«Ходьба и бег». Краткое содержание: - ходьба в колонне; - ходьба на носках; - ходьба на пятках;	Коммуникативная. Беседа о пользе ходьбы и бега в повседневной жизни. Двигательная. Общеразвивающие упражнения по выбору	Участие в беседе о пользе ходьбы и бега в повседневной жизни. Самостоятельное выполнение движений	- ребенок гармонично физически развит; - в поведении четко выражена потребность в двигательной

физических качеств, накопления и обогащения двигательного опыта детей. Задача: развивать двигательную активность детей в процессе совершенствования основных движений.	- бег.	педагога. Пример: «На разминку становись! Вправо, влево повернись, Повороты посчитай Раз, два, три... Не отставай!». Основные движения. Ходьба в колонне с поворотами в углах. Ходьба на носках с прямым туловищем. Ходьба на пятках с прямым туловищем. Ходьба через предметы (высотой 20 сантиметров) Обычный бег. Бег с высоким поднятием колен, через предметы Бег с захлестыванием. Перестроение в три круга. Игровая. Подвижная игра «Дорожка препятствий». Трудовая. Уборка инвентаря.	ходьбы в колонне с поворотами в углах, ходьбы на носках с прямым туловищем, ходьбы на пятках с прямым туловищем, обычного бега, бега с захлестыванием. Участие в подвижной игре «Дорожка препятствий».	деятельности и физическом совершенствовании; - ребенок умеет выполнять основные движения; - знает правила безопасности во время выполнения физических упражнений; - умеет ходить и бегать легко, ритмично, сохраняя правильную осанку.
---	--------	---	---	---

2 неделя (три занятия, первое на освоение движений, второе и третье – на повторение, закрепление)

Образовательная область. Цель. Задачи.	Тема	Виды и формы совместной образовательной деятельности	Индивидуальные эталоны усвоения и самостоятельная деятельность	Целевые ориентиры
Физическое развитие. Цель: создание условий для развития физических качеств, накопления и обогащения двигательного	«Виды спорта» (с ходьбой, бегом, прыжками). Краткое содержание: - ходьба; - бег; - дыхательные упражнения.	Коммуникативная. Беседа «Спортсмены на тренировке» Двигательная. Общеразвивающие упражнения и основные движения по теме недели. Ходьба с четкими поворотами в углах. Бег на месте с высоко поднятыми коленями. Медленный бег на расстояние (по указанию педагога). Бег со средней скоростью (по указанию	Участие в беседе «Спортсмены на тренировке». Самостоятельное выполнение двигательных упражнений: ходьбы с четкими поворотами в углах, бега на месте с высоко поднятыми коленями, медленного бега	- ребенок проявляет интерес к участию в подвижных играх и физических упражнениях; - умеет ходить и бегать легко, ритмично, сохраняя правильную осанку, направление и темп; - знает о правилах безопасности во время

опыта детей. Задача: развивать двигательную активность детей.		педагога). Дыхательные упражнения. Прыжки в длину, с места (70 – 80 сантиметров) Индивидуальное выполнение. Игровая. Подвижная игра «Кто быстрее».	на расстояние, бега со средней скоростью. Индивидуальное выполнение дыхательных упражнений. Участие в коллективной подвижной игре «Кто быстрее».	выполнения физических упражнений.
---	--	---	--	-----------------------------------

3 неделя (три занятия, каждое занятие имеет свою тематику)

Образовательная область. Цель. Задачи.	Тема	Виды и формы совместной образовательной деятельности	Индивидуальные эталоны усвоения и самостоятельная деятельность	Целевые ориентиры
Физическое развитие. Занятие 7 и 8. Цель: создание условий для развития двигательной деятельности детей. Задача: совершенствовать физические качества в разнообразных формах двигательной деятельности.	«Равновесие». Краткое содержание: - ходьба по канату; - перепрыгивание; - подбрасывание мяча.	Двигательная. Основные виды движений. Равновесие – ходьба по канату: носки на канате, пятки на полу, руки за головой. Перепрыгивание через канат справа и слева с продвижением вперед, помогая себе взмахом рук (4-8 раз). Подбрасывание мяча вверх и ловля его двумя руками, произвольно (дети свободно располагаются по залу) каждый в своем темпе. Игровая. Подвижная игра «Сбей мяч».	Самостоятельное выполнение основных движений. Освоение движений на равновесие. Индивидуальное выполнение упражнений с мячом. Участие в подвижной игре «Сбей мяч».	- у ребенка сформировано ценностное отношение к занятиям физической культурой; - ребенок может самостоятельно выполнять основные движения на равновесие; - у ребенка развита крупная и мелкая моторика; - при выполнении движений ребенок проявляет необходимый контроль и самооценку.
Занятие 9. Цель: создание условий для развития двигательной деятельности детей.	«Красивая осанка». Краткое содержание: - ходьба; - бег; - дыхательные упражнения.	Двигательная. Ходьба на носках и внешней стороне ступни. Медленный бег: забрасывая голень, затем высоко поднимая колени. Медленный бег на расстояние (по	Самостоятельное выполнение основных движений. Осознанное выполнение дыхательных и двигательных упражнений.	- ребенок может осознанно выполнять двигательные и дыхательные упражнения; - проявляет стойкий интерес к новым и знакомым физическим

Задача: формировать правильную осанку, умение осознанно выполнять движения.		указанию педагога). Дыхательные упражнения. Игровая. Подвижная игра «Горелки».	Участие в подвижной игре «Горелки».	упражнениям; -проявляет инициативу при выполнении упражнений.
--	--	--	-------------------------------------	--

4 неделя (три занятия, первое на освоение движений, второе и третье – на повторение, закрепление)

Образовательная область. Цель. Задачи.	Тема	Виды и формы совместной образовательной деятельности	Индивидуальные эталоны усвоения и самостоятельная деятельность	Целевые ориентиры
Физическое развитие. Цель: создание условий для развития двигательной деятельности детей. Задача: совершенствовать физические качества в разнообразных формах двигательной деятельности.	«Школа мяча» Краткое содержание: - ходьба; - бег; - дыхательные упражнения; - упражнения с мячом	Двигательная. Основные виды движений. Ходьба : обычная – на носках, руки на поясе – на пятках. Бег: обычный – с высоким подниманием колен, с захлестыванием голени назад. Бросание мяча вверх и ловля двумя руками. Бросание мяча друг другу и ловля его из положения, сидя на пятках. Игровая. «Передача мяча».	Самостоятельное выполнение основных движений. Осознанное выполнение дыхательных и двигательных упражнений. Участие в подвижной игре	- ребенок может осознанно выполнять двигательные и дыхательные упражнения; - проявляет стойкий интерес к новым и знакомым физическим упражнениям; -проявляет инициативу при выполнении упражнений.

Март

Календарные сроки	Содержание деятельности
1 неделя (три занятия)	Тема первой недели ««Всегда в движении. Прыжки. Мяч»
2 неделя (три занятия)	Тема второй недели; «Выносливость в ходьбе и беге», «Ловкие ребята»
3 неделя (три занятия)	Тема третьей недели: «Вместе весело шагать»
4 неделя (три занятия)	Тема четвертой недели «Веселые старты»

Организация двигательного режима

Физкультурные занятия	3 раза в неделю
-----------------------	-----------------

Спортивные прогулки с использованием подвижных игровых упражнений	3 раза в неделю
Музыкально – ритмические движения	2 раза в неделю
Оздоровительный бег	Ежедневно

Обеспечение условий для эффективной физкультурно-оздоровительной работы

Соблюдение гибкого режима (совместно с воспитателем, музыкальным руководителем, родителями).
Использование спортивной предметно – развивающей среды
Использование современного спортивного инвентаря и оборудования
Учет возрастных особенностей и физического состояния здоровья

1 неделя(три занятия, каждое занятие имеет свою тематику)

Образовательная область. Цель. Задачи.	Тема	Виды и формы совместной образовательной деятельности	Индивидуальные эталоны усвоения и самостоятельная деятельность	Целевые ориентиры
Физическое развитие. Занятие 1 и 2. Цель: создание условий для развития двигательной деятельности детей. Задача: развивать физические качества - ловкость, выносливость.	«Всегда в движении». «Прыжки. Мяч» Краткое содержание: - прыжки в длину; - перебрасывание мяча; - прокатывание мяча.	Двигательная. Общеразвивающие упражнения по выбору педагога. Основные движения по теме недели. Прыжки через 5-6 предметов на двух ногах (высота 15- 20 см). Прыжки в длину с места на 80 - 90 см. Перебрасывание мяча через шнур двумя руками. Прокатывание мяча одной и двумя руками из разных исходных положений между предметами (ширина 30- 40 см, длина 3- 4 метра). Игровые упражнения (подбрось – поймай). Игровая. Подвижная игра «Лошадка».	Индивидуальное выполнение прыжков через 5 – 6 предметов. Освоение прыжков в длину с места. Самостоятельное перебрасывание мяча через шнур. Индивидуальное прокатывание мяча одной и двумя руками из разных исходных положений между предметами (ширина 30- 40 см, длина 3- 4 метра). Освоение игровых упражнений. Участие в подвижной игре.	- ребенок может самостоятельно выполнять основные движения; - у ребенка развита крупная и мелкая моторика; -ребенок может контролировать свои движения и управлять ими.
Занятие 3. Цель:	«Упражнения на гимнастической»	Коммуникативная. Беседа о правилах безопасного поведения	Индивидуальное выполнение основных	- ребенок может самостоятельно выполнять

создание условий для развития физических качеств. Задача: развивать физические качества - ловкость, выносливость.	скамейке». Краткое содержание: - ходьба по скамейке; - бег по скамейке; - прыгивание со скамейки.	при выполнении упражнений на гимнастической скамейке. Двигательная. Общеразвивающие упражнения и основные движения по теме недели. Ходьба в колонне по залу. Ходьба по гимнастической скамейке потоком, держа руки в стороны. Ходьба по гимнастической скамейке потоком держа руки за головой. Бег по скамейке (2-3 раза). Спрыгивание со скамьи с мягким приземлением на обе ноги. Игровая. Подвижная игра «Бездомный заяц»	двигательных упражнений: ходьба в колонне по залу, ходьба по гимнастической скамейке потоком держа руки в стороны, ходьба по гимнастической скамейке потоком держа руки за головой, бег по скамейке, прыгивание со скамейки с мягким приземлением на обе ноги. Участие в подвижной игре.	основные двигательные движения; -осознает зависимость между качеством выполнения упражнения и его результатом; - в двигательной деятельности с удовольствием общается со сверстниками.
---	--	---	--	--

2 неделя (три занятия, каждое занятие имеет свою тематику)

Образовательная область. Цель. Задачи.	Тема	Виды и формы совместной образовательной деятельности	Индивидуальные эталоны усвоения и самостоятельная деятельность	Целевые ориентиры
Физическое развитие. Занятие 4 и 5. Цель: создание условий для развития интереса к участию в подвижных играх и физических упражнениях. Задача: развивать активность в самостоятельной	«Выносливость в ходьбе и беге». Краткое содержание: - бег между предметами; - бег на скорость; - прыжки.	Двигательная. Общеразвивающие упражнения по выбору педагога. Основные движения по теме недели. Бег в быстром темпе 10 метров (3-4 раза), 20 – 30 метров (2- 3 раза). Челночный бег 3х10 метров в медленном темпе. Прыжки на одной ноге (правой и левой, попеременно). Игровые упражнения «На одной ножке вдоль дорожки». Прыжки вдоль дорожки из кубиков или шнура до конца дорожки. При повторении прыгать на другой ноге.	Самостоятельное выполнение двигательных упражнений: бег в быстром темпе 10 метров (3-4 раза), 20 – 30 метров (2- 3 раза), челночный бег 3х10 метров в медленном темпе, прыжки на одной ноге (правой и левой, попеременно). Самостоятельное выполнение игровых упражнений «На одной ножке вдоль дорожки».	- ребенок самостоятельно выполняет двигательные упражнения; - в двигательной деятельности проявляет выносливость, быстроту, координацию, гибкость; - активно взаимодействует со сверстниками и взрослыми в совместных играх.

двигательной деятельности.		Игровая. Подвижная игра «Кто лучше прыгнет».	Участие подвижной игре.	
Занятие 6 Цель: создание условий для приобретения опыта в двигательной деятельности. Задача: упражнять детей в ходьбе широким и коротким шагом, в равновесии и прыжках.	«Ловкие ребята». Краткое содержание: - ходьба; - игровые упражнения; - бросание мяча.	Двигательная. Общеразвивающие и основные движения по теме недели. Ходьба попеременно широким и коротким шагом. Ходьба мелким, семенящим шагом. Игровая. Игровые упражнения. «Перепрыгни ручеек». Прыжки в длину с места через 3- 4 ручейка (ручеек состоит из 6 – 8 шнуров). «Бег по дорожке». Упражнение дети выполняют в колонне по одному, сохраняя равновесие и не наступая на шнуры. «Ловкие ребята». Бросание мяча о землю, вверх и ловля его двумя руками. В руках у каждого ребенка мяч.	Освоение и закрепление разных видов ходьбы: ходьба попеременно широким и коротким шагом, ходьба мелким, семенящим шагом. Самостоятельное выполнение игровых упражнений.	- ребенок может самостоятельно выполнять основные движения; - у ребенка развита крупная и мелкая моторика; -ребенок может контролировать свои движения и управлять ими.

3 неделя (три занятия, первое на освоение, второе и третье – на повторение)

Образовательная область. Цель. Задачи.	Тема	Виды и формы совместной образовательной деятельности	Индивидуальные эталоны усвоения и самостоятельная деятельность	Целевые ориентиры
Физическое развитие. Цель: создание условий для приобретения опыта в двигательной деятельности. Задача:	«Вместе весело шагать». Краткое содержание: - ходьба; - бег; - общеразвивающие упражнения; - упражнения со скакалкой.	Коммуникативная. Беседа о пользе общеразвивающих упражнений в жизни человека. Двигательная. Ходьба обычным шагом. Ходьба парами. Бег за направляющим. Общеразвивающие упражнения. Приседания.	Участие в беседе. Освоение и закрепление разных видов ходьбы. Самостоятельное выполнение общеразвивающих упражнений. Участие в подвижных играх.	- ребенок выполняет основные движения; - имеет опыт в разных видах двигательной деятельности; - способен к волевым усилиям в разных видах движений; - проявляет инициативу и

освоить общеразвивающие упражнения с предметами и без них.		Рывки согнутыми руками назад. Рывки прямыми руками назад. Наклоны. Наклоны со скакалкой. Лазание и ползание. Лазание по лестнице с перекрестной координацией рук и ног. Игровая. Подвижные игры «Не оставайся на полу», «С кочки на кочку». Трудовая. Уборка инвентаря.	Уборка инвентаря.	самостоятельность в игровой деятельности.
--	--	--	-------------------	---

4 неделя (три занятия, первое и второе на подготовку мероприятия, второе – проведение)

Образовательная область. Цель. Задачи.	Тема	Виды и формы совместной образовательной деятельности	Индивидуальные эталоны усвоения и самостоятельная деятельность	Целевые ориентиры
Физическое развитие. Цель: создание условий для проведения спортивного соревнования «Веселые старты» Задача: провести мониторинг эффективности по развитию двигательных качеств в виде спортивного соревнования «Веселые старты».	«Веселые старты». Содержание спортивного соревнования состоит из выполнения комплекса освоенных подвижных игр и программных двигательных упражнений.	Содержание спортивного соревнования состоит из выполнения комплекса освоенных подвижных игр и программных двигательных упражнений.	Участие в спортивном соревновании «Веселые старты».	-ребенок самостоятельно выполняет двигательные упражнения; - в двигательной деятельности проявляет выносливость, быстроту, координацию, гибкость; - активно взаимодействует со сверстниками в совместных играх; - у ребенка развита крупная и мелкая моторика; -ребенок может контролировать свои движения и управлять ими.

Апрель

Календарные сроки	Содержание деятельности
1 неделя (три занятия)	Тема первой недели «Школа мяча»
2 неделя (три занятия)	Тема второй недели; «Будь ловким»

3 неделя (три занятия)	Тема третьей недели: «Тренировочный поход», «Развитие физических качеств. Сила»
4 неделя (три занятия)	Тема четвертой недели «Развитие физических качеств. Выносливость». «Подвижные игры»

Организация двигательного режима

Физкультурные занятия	3 раза в неделю
Спортивные прогулки с использованием подвижных игровых упражнений	3 раза в неделю
Музыкально – ритмические движения	2 раза в неделю
Оздоровительный бег	Ежедневно

Обеспечение условий для эффективной физкультурно-оздоровительной работы

Соблюдение гибкого режима (совместно с воспитателем, музыкальным руководителем, родителями).
Использование спортивной предметно – развивающей среды
Использование современного спортивного инвентаря и оборудования
Учет возрастных особенностей и физического состояния здоровья

1 неделя(три занятия,первое на освоение, второе и третье на повторение)

Образовательная область. Цель. Задачи.	Тема	Виды и формы совместной образовательной деятельности	Индивидуальные эталоны усвоения и самостоятельная деятельность	Целевые ориентиры
Физическое развитие. Цель: создание условий для осознанной потребности в двигательной активности и физическом совершенствовании Задача: освоить основные движения: бросание, ловля,	«Школа мяча». Краткое содержание: - прокатывание мяча; - бросание мяча; - отбивание мяча; - ловля мяча; - метание мяча.	Коммуникативная. Беседа о правилах бросания, лови и метания мяча. Двигательная. Общеразвивающие упражнения и основные движения по теме недели. Прокатывание мяча одной и двумя руками из разных исходных положений. Бросание мяча вверх, о землю. Ловля мяча двумя руками не менее 10 раз подряд, одной рукой – 4-6 раз подряд. Отбивание мяча на месте и в движении 10 раз подряд. Перебрасывание мяча друг другу и ловля его	Участие в беседе. Самостоятельное прокатывание мяча одной и двумя руками из разных исходных положений, бросание мяча вверх, о землю, ловля мяча двумя руками не менее 10 раз подряд, одной рукой 4-6 раз подряд. Приобретение навыков отбивания мяча на месте и в движении, перебрасывание мяча друг другу и ловля его стоя,	- ребенок умеет поддержать беседу; - умеет выполнять разнообразные движения с мячом: прокатывание мяча, бросание мяча, отбивание мяча, ловля мяча, метание мяча; - проявляет необходимый самоконтроль и самооценку в двигательной деятельности.

метание.		стоя, сидя, разными способами. Метание в горизонтальную и вертикальную цель. Метание вдаль. Игровая. Подвижная игра «Брось мяч в стену».	сидя, разными способами. Закрепление навыков метания в горизонтальную и вертикальную цель, вдаль.	
----------	--	---	--	--

2 неделя (три занятия, первое – освоение, второе и третье – повторение, закрепление)

Образовательная область. Цель. Задачи.	Тема	Виды и формы совместной образовательной деятельности	Индивидуальные эталоны усвоения и самостоятельная деятельность	Целевые ориентиры
Физическое развитие. Цель: создание условий для осознанной потребности в двигательной активности и физическом совершенствовании Задача: освоить основные движения: ползание, лазание.	«Будь ловким». Краткое содержание: - беседа; - ползание; - лазание.	Коммуникативная. Беседа о безопасности ползания и лазания. Двигательная. Общеразвивающие упражнения (по выбору педагога) и основные движения по теме недели. Ползание на четвереньках. Передвижение вперед с помощью рук и ног сидя на бревне. Ползание и перелезание через предметы (скамейки, бревна). Лазание по гимнастической стенке. Лазание по веревочной лестнице, канату свободным способом. Игровая. Подвижные игры «Кто скорее до флажка?», «Медведь и пчелы», «Пожарные на ученье».	Участие в беседе. Самостоятельное выполнение двигательных упражнений, включающих в себя ползание и лазание. Участие в подвижных играх «Кто скорее до флажка?», «Медведь и пчелы», «Пожарные на ученье».	- ребенок самостоятельно выполняет двигательные упражнения; - в двигательной деятельности проявляет выносливость, быстроту, координацию, гибкость; - активно взаимодействует со сверстниками в совместных играх.

3 неделя (три занятия, каждое занятие имеет свою тематику)

Образовательная область. Цель. Задачи.	Тема	Виды и формы совместной образовательной деятельности	Индивидуальные эталоны усвоения и самостоятельная	Целевые ориентиры
--	------	--	---	-------------------

			деятельность	
Физическое развитие. Занятие 7 и 8. Цель: создание условий для приобретения социального опыта в тренировочном походе. Задача: формирование основ безопасного поведения в природе.	«Тренировочный поход». Краткое содержание: - беседа; - общеразвивающие упражнения; - подвижная игра.	Коммуникативная. Беседа о правилах безопасного поведения в природе. Двигательная. Построение в шеренгу. Обычная ходьба в колонне друг за другом. Ходьба змейкой между деталями конструктора. Прыжки с левой ноги на правую с продвижением вперед (с кочки на кочку). Приседания. Игровая. Подвижная командная игра «Волки и медведи». Упражнения на восстановление дыхания.	Участие в беседе. Самостоятельное выполнение двигательных упражнений. Участие в подвижной игре. Приобретение социального опыта в тренировочном походе.	- ребенок может контролировать свои движения и управлять ими; - имеет развитую потребность бегать, прыгать; - участвует в совместных играх; - соблюдает правила и социальные нормы.
Занятие 9. Цель: создание условий для развития физических качеств. Задача: освоить программные упражнения для развития силы.	«Развитие физических качеств. Сила». Краткое содержание: - беседа; - упражнения с диском «Здоровье».	Коммуникативная. Беседа о безопасном выполнении упражнений с диском «Здоровье». Двигательная. Стоя на диске на одной ноге (другая на полу) вращения влево – вправо. Стоя на диске на одной ноге, отталкиваясь другой от пола, вращаться по кругу. Сидя на диске, руки в упоре сзади, ноги согнуты в коленях, отталкиваясь руками и ногами, передвигаться влево – вправо. Игровая. Подвижная игра «Маятник».	Участие в беседе. Освоение программных упражнений для развития силы с диском «Здоровье». Участие в подвижной игре.	- ребенок гармонично физически развит; - проявляет стойкий интерес к двигательным упражнениям с диском «Здоровье»; - уверенно, точно, в заданном темпе и ритме, выполняет упражнения.

4 неделя (три занятия, каждое занятие имеет свою тематику)

Образовательная область. Цель. Задачи.	Тема	Виды и формы совместной образовательной деятельности	Индивидуальные эталоны усвоения и самостоятельная деятельность	Целевые ориентиры
Физическое развитие.	«Развитие физических	Коммуникативная.	Участие в беседе о	- ребенок может

Занятие 10 и 11. Цель: создание условий для развития физических качеств. Задача: освоить программные упражнения для развития выносливости.	качеств.Выносливость». Краткое содержание: - беседа; - бег; - подвижные игры.	Беседа о значении развития выносливости в жизни человека. Двигательная. Бег двух отрезков на расстояние (по указанию педагога). Медленный бег на расстояние (по указанию педагога). Бег в медленном темпе по пересеченной местности (по выбору). Игровая. Подвижные игры «Позвони в колокольчик», «Самолеты».	значении развития выносливости в жизни человека. Самостоятельное выполнение программных упражнений для развития выносливости. Участие в подвижных играх.	поддержать беседу; - освоил программные упражнения для развития выносливости; - активно взаимодействует со сверстниками в совместных играх.
Занятие 12. Цель: создание условий для подготовки заданий мониторинга по развитию двигательных качеств. Задача: подготовить игровые задания для мониторинга эффективности по развитию двигательных качеств.	«Подвижные игры». Выбор подвижных игр состоит из пройденного программного игрового материала за месяц.	Выбор подвижных игр состоит из пройденного программного игрового материала за месяц.	Участие в подвижных играх.	- у ребенка сформирован интерес и ценностное отношение к занятиям физической культурой.

Май

Календарные сроки	Содержание деятельности
1 неделя (три занятия)	Тема первой недели: «Быстрые движения. Сила и скорость»
2 неделя (три занятия)	Тема второй недели: «Силачи», «Баскетбол».
3 неделя (три занятия)	Тема третьей недели: «Ползание и лазание». Итоговый мониторинг.
4 неделя (три занятия)	Тема четвертой недели: «Ходьба и бег парами». Итоговый мониторинг.

Организация двигательного режима

Физкультурные занятия	3 раза в неделю
Спортивные прогулки с использованием подвижных игровых упражнений	3 раза в неделю
Музыкально – ритмические движения	2 раза в неделю

Оздоровительный бег	Ежедневно
---------------------	-----------

Обеспечение условий для эффективной физкультурно-оздоровительной работы

Соблюдение гибкого режима (совместно с воспитателем, музыкальным руководителем, родителями).
Использование спортивной предметно – развивающей среды.
Использование современного спортивного инвентаря и оборудования.
Учет возрастных особенностей и физического состояния здоровья.

1 неделя (три занятия, каждое занятие имеет свою тематику)

Образовательная область. Цель. Задачи.	Тема	Виды и формы совместной образовательной деятельности	Индивидуальные эталоны усвоения и самостоятельная деятельность	Целевые ориентиры
Физическое развитие. Занятие 1 и 2. Цель: создание условий для формирования потребности в ежедневной двигательной деятельности. Задача: закрепить умения в двигательной деятельности для развития быстроты движений в процессе выполнения мониторинговых заданий.	«Быстрые движения». Краткое содержание: - упражнения на развитие быстроты реакции; - темп движения; - игры на развитие быстроты.	Коммуникативная. Беседа о правилах безопасного поведения при выполнении игр и упражнений. Двигательная. Общеразвивающие упражнения (по выбору педагога) и основные движения по теме недели Ходьба и упражнения в равновесии (по выбору педагога) Мониторинговые задания Упражнения на развитие быстроты реакции: бег со старта из разных исходных положений, ходьба – бег быстрый, бег медленный – бег с ускорением. Темп движения: бег на дистанцию 25 метров. Бег с ускорением. Игровая. Игры на развитие быстроты «Перемена мест», «Кто быстрее», «Бег наперегонки».	Участие в беседе о правилах безопасного поведения при выполнении игр и упражнений. Самостоятельное выполнение упражнений на развитие быстроты реакции. Участие в играх на развитие быстроты.	- у ребенка сформирована потребность в ежедневной двигательной деятельности; - ребенок может поддержать беседу; - самостоятельно выполняет упражнения для развития быстроты реакции; - проявляет самоконтроль и самооценку.
Занятие 3. Цель:	«Сила и скорость». Краткое содержание:	Коммуникативная. Беседа о правилах безопасного поведения	Участие в беседе о правилах безопасного	- ребенок может поддержать беседу;

создание условий для формирования потребности в ежедневной двигательной деятельности. Задача: закрепить умения в двигательной деятельности для развития скоростно-силовых качеств в процессе выполнения мониторинговых заданий.	- беседа; - бег и прыжки; - ходьба; - упражнения с набивными мячами; - подвижные игры.	при выполнении игр и упражнений. Двигательная. Бег и прыжки через препятствие (количество препятствий 5-6). Ходьба в полуприседе, глубоком приседе. Упражнения с набивными мячами (вес 500-600 гр.) Прыжки вокруг мяча и через него. Упражнения с мячом сидя (мяч в руках, наклоны вперед). Игровая. Подвижные игры «Парашютики», «Лягушки и цапли».	поведения при выполнении игр и упражнений. Самостоятельное выполнение упражнений на развитие скоростно-силовых качеств. Участие в подвижных играх.	- проявляет самостоятельность при выполнении упражнений на развитие скоростно-силовых качеств; - у ребенка сформирована потребность в двигательной активности и физическом совершенствовании.
---	--	--	--	--

2 неделя (три занятия, каждое занятие имеет свою тематику)

Образовательная область. Цель. Задачи.	Тема	Виды и формы совместной образовательной деятельности	Индивидуальные эталоны усвоения и самостоятельная деятельность	Целевые ориентиры
Физическое развитие. Занятие 4 и 5. Цель: создание условий для формирования потребности в ежедневной двигательной деятельности. Задача: закрепить умения в двигательной деятельности в процессе выполнения упражнений для развития силы в процессе выполнения	«Силачи». Краткое содержание: - беседа; - упражнения с кистевым и плечевым эспандером; - упражнения на тренажере «Беговая дорожка».	Коммуникативная. Беседа о правилах безопасного поведения при выполнении игр и упражнений. Двигательная. Сжимание кистевого эспандера. Растягивание упругих резинок в положении стоя, сидя, лежа. Упражнения с детским плечевым эспандером. Упражнение на тренажере «Беговая дорожка».	Участие в беседе о правилах безопасного поведения при выполнении игр и упражнений. Самостоятельное выполнение упражнений для развития силы.	- ребенок может поддержать беседу; - проявляет самостоятельность при выполнении упражнений на развитие силы; - проявляет стойкий интерес к упражнениям на тренажерах.

мониторинговых заданий.				
Занятие 6. Цель: создание условий для формирования потребности в ежедневной двигательной деятельности. Задача: закрепить умения и навыки в процессе выполнения игровых движений с мячом в процессе выполнения мониторинговых заданий.	Спортивные игры. «Баскетбол» Краткое содержание: - беседа; - перебрасывание мяча; - забрасывание мяча.	Коммуникативная. Беседа о правилах безопасного поведения при выполнении игр и упражнений. Двигательная. Перебрасывание мяча друг другу от груди. Ведение мяча правой и левой рукой. Забрасывание мяча в корзину двумя руками. Игра по упрощенным правилам. Игровая. Подвижная игра «Передай мяч».	Участие в беседе. Самостоятельное выполнение игровых движений с мячом: перебрасывание мяча друг другу от груди, ведение мяча правой и левой рукой, забрасывание мяча в корзину двумя руками. Закрепление игровых умений игры по упрощенным правилам. Участие в подвижной игре.	- ребенок может поддержать беседу; - проявляет самостоятельность при выполнении упражнений на развитие ловкости при игре с мячом; - у ребенка сформирована потребность в двигательной активности и физическом совершенствовании.

3 неделя (три занятия, первое – освоение, второе и третье – повторение, закрепление) Итоговый мониторинг.

Образовательная область. Цель. Задачи.	Тема	Виды и формы совместной образовательной деятельности	Индивидуальные эталоны усвоения и самостоятельная деятельность	Целевые ориентиры
Физическое развитие. Цель: создание условий для приобретения опыта в двигательной деятельности, направленных на развитие двигательных качеств с учетом требований мониторинга. Задача: закрепить навыки по накоплению опыта в двигательной деятельности,	«Ползание и лазание». Краткое содержание: - ползание на четвереньках; - подтягивание с помощью рук; - ползание и перелезание через предметы; - выполнение мониторинговых	Двигательная. Общеразвивающие упражнения: исходное положение – стоять, пятки вместе, носки врозь. Приседания. Основные движения (Мониторинговые задания) Ползание на четвереньках, толкая головой мяч по скамейке Подтягивание на скамейке с помощью рук. Ползание и перелезание через предметы: скамейки, бревна. Лазание по лестнице с	Самостоятельное выполнение общеразвивающих упражнений. Самостоятельное выполнение основных движений: ползание на четвереньках, толкая головой мяч по скамейке, подтягивание на скамейке с помощью рук, ползание и перелезание	- ребенок может самостоятельно выполнять заданные упражнения, движения; - проявляет физическую активность при выполнении основных движений; - способен договариваться, учитывать интересы других детей в коллективных подвижных играх.

направленных на развитие двигательных качеств в процессе выполнения заданий с учетом требований мониторинга.	заданий по теме.	перекрестной координацией движений рук. Игровая. Подвижная игра «Пожарные на ученье».	через предметы: скамейки, бревна. Участие в коллективной подвижной игре.	
--	------------------	--	---	--

4 неделя (три занятия, первое на освоение, второе и третье – на повторение, закрепление)Итоговый мониторинг.

Образовательная область. Цель. Задачи.	Тема	Виды и формы совместной образовательной деятельности	Индивидуальные эталоны усвоения и самостоятельная деятельность	Целевые ориентиры
Физическое развитие. Цель: создание условий для освоения, закрепления двигательных навыков. Задача: освоить двигательные упражнения в парах, колонне, шеренге; развивать навыки коллективного взаимодействия в народных играх.	«Ходьба и бег парами». Краткое содержание: - ходьба и бег парами; - упражнения в колонне; - упражнения в шеренге.	Коммуникативная. Беседа о том, как выполняются движение в парах. Двигательная. Общеразвивающие упражнения (по выбору педагога) и основные движения по теме недели. Ходьба и бег парами. Ходьба и бег врассыпную. Выполнение упражнений на равновесие двумя колоннами. Дети шеренгами прыгают на двух ногах через шнуры. Игровая. Подвижные игры «Парный бег», «Встречные перебежки».	Освоение бега и ходьбы парами. Выполнение упражнений в колонне. Выполнение упражнений в шеренге. Участие в подвижных играх «Парный бег», «Встречные перебежки».	- ребенок освоил бег и ходьбу парами; - может самостоятельно контролировать двигательные упражнения в колонне, шеренге; - проявляет активность в игровой двигательной деятельности.
	«Игры – эстафеты».	Двигательная. Игры – эстафеты: «Эстафета парами», «Пронеси мяч, не задев кеглю», «Дорожка препятствий», «Забрось мяч в кольцо».	Участие в играх - эстафетах	- в самостоятельной двигательной деятельности ребенок с удовольствием общается со сверстниками и взрослыми.

Итоговый мониторинг (модель) освоения детьми образовательной области «Физическое развитие»
Оценка освоения основных движений детьми дошкольного возраста (оценка двигательного опыта детей в баллах)

Показатели	Оценка
1. Все элементы упражнения выполняются в полном соответствии с заданием и схемой движения	Пять баллов (отлично)
2. При выполнении простых программных движений (теста) допущена одна ошибка, существенно не изменяющая характер движения и результат.	Четыре балла (хорошо)
3. Простые программные движения выполняются с большим трудом, имеются значительные ошибки, отступления от задания.	Три балла (удовлетворительно)
4. Упражнения практически не выполняются, однако, ребенок делает попытки к его выполнению.	Два балла (неудовлетворительно)
5. Ребенок не предпринимает попыток к выполнению двигательных заданий, физически не в состоянии выполнить его.	Ноль баллов (плохо)

Качественные показатели освоения элементов техники основных движений детей 5 - 6 лет

Основные движения	Показатель
Ходьба и бег, равновесие	Ходьба и равновесие с ненапряженным положением туловища и головы. Ходьба на пятках, на носках, в полуприсяде. Ходьба с перешагиванием через предметы (высота 20 – 25 сантиметров), по наклонной доске (высота 35 сантиметров) по шнуру и бревну. Ходьба с поворотами, с кружением, по пенькам, спиной вперед. Бег. На носках, через предметы и между ними, бег в медленном темпе (100метров), в быстром темпе (3раза по 10 метров).
Прыжки	Прыжки на месте, прыжки через 4 - 5 предметов. Прыжки в длину с места - 75 – 80 сантиметров, в высоту – 30 – 35 сантиметров, с разбега в длину – 100 - 110 сантиметров.
Метание, бросание, ловля	Бросание мяча вверх, о землю, ловля – не менее 8раз. Метание предмета на дальность (расстояние 5 - 6 метров), в горизонтальную цель (2 метра), в вертикальную цель (расстояние 2 метра).
Лазание	Ползание на четвереньках между предметами. Подтягивание на скамейке с помощью рук. Подлезание под дуги.

Возрастно-половые показатели развития двигательных качеств у детей 5 - 6 лет

Пол	Бег на 10 м, с	Бег на 30 м, с	Бег на расстояние, с*	Метание набивного мяча, см	Метание мешочка с песком вдаль, м		Прыжок в длину с места, см	Прыжок в высоту с места, см	Статическое равновесие, с	Сила кисти рук, кг		Становая сила, кг
					Правая рука	Левая рука				Правая рука	Левая рука	
Мальчики	2,5- 2,1	9,2- 7,9	-	187 - 270	3,9 - 5,7	2,4 – 4,2	100 - 110	20 - 26	7,0 – 11,8	6 - 9	6 - 8	18 - 25
Девочки	2,7- 2,2	9,8- 8,3	-	138 - 221	3,0 – 4,4	2,5 – 3,5	95 - 104	20 - 25	9,4 – 14,2	6 - 8	5 - 7	14 - 20

*Расстояние и время пробега на дистанции на выносливость колеблется у детей в больших пределах, поэтому в таблице не приводится.

Стандартное оборудование для занятий по физической культуре для детей 5 – 6 лет

Тип оборудования	Наименование	Размеры, масса	Кол-во на группу
Для ходьбы, бега, равновесия	Балансир-волчок		1
	Коврик массажный		10
	Шнур короткий (плетеный)	Длина 75 см	5
Для прыжков	Обруч малый	Диаметр 55-65 см	5
	Скакалка короткая	Длина 100-120 см	5
Для катания, бросания, ловли	Кегли (набор)		3
	Кольцеброс (набор)		2
	Мешочек малый с грузом	Масса 150-200 г	5
	Мяч большой	Диаметр 18-20 см	5
	Мешочек с грузом большой	Масса 400 г	2
	Мяч для мини-баскетбола	Масса 0,5 кг	2
	Мяч утяжеленный (набивной)	Масса 350 г, 500 г, 1 кг	1
	Мяч-массажер		2
	Обруч большой	Диаметр 100 см	2
	Серсо (набор)		2
Для ползания и лазанья	Комплект мягких модулей (6-8 сегментов)		1
Для общеразвивающих упражнений	Гантели детские		10
	Кольцо малое	Диаметр 13 см	10
	Лента короткая	Длина 50-60 см	10
	Мяч средний	Диаметр 10-12 см	10
	Палка гимнастическая короткая	Длина 80 см	10

Список литературы

1. Аксенова Н. Формирование двигательной активности. Старший дошкольный возраст//Дошкольное воспитание №6.-2000.
2. Алексеева Н.П. Воспитание игровой деятельности. Книга для учителя. – М: «Просвещение».
3. Антонов Ю.Е. «Здоровый дошкольник 21 века», М., 2000 г.
4. Бабаева Т.И., Гогоберидзе А.Г. и др. Мониторинг в детском саду. Научно – методическое пособие. Санкт-Петербург «Детство-пресс», 2011
5. Болотина Л.Р., Комарова Т.С., Баранов С.П. Дошкольная педагогика: Учебное пособие для студентов сред.пед.учебн.заведений.- М.: Изд. Центр «Академия»,1998.
6. Быкова А.И. Подвижные игры в организации жизни детей и педагогическое руководство ими // Роль игры в д/с. – М.: АПН РСФСР, 1961.
7. Викулов А.Д. «Развитие физических способностей детей», Ярославль, 1996 г.
8. Гориневский В.В., Марц В.Г., Родин А.Ф. Игры и развлечения: Сборник, 3 изд, перераб. и доп. – М.: Молодая гвардия, 1924.-
9. Дегтярев И.П. Физическое развитие. Киев 2005
10. Жуковская Р.И. Игра и ее педагогическое значение. – М., 1975
11. Змановский Ю.Ф. Воспитательно-оздоровительная работа в дошкольных учреждениях // Дошкольное воспитание. 1993, № 9, с. 23-25.
12. Кудрявцев В.Т. Программа развития двигательной активности и оздоровительной работы с детьми 4-7 лет.-М., 1998.
13. Кенеман А.В., Хухлаева Д.В. Теория и методика физического воспитания детей дошкольного возраста. – М: Просвещение, 1974.
14. Кенеман А.В., Осокина Т.И. Теория и методика физического воспитания детей дошкольного возраста. – М: Просвещение, 1984.
15. Кенеман А.В., Осокина Т.И. «Детские народные подвижные игры», М., 1995 г.
16. Кистьяковская М.Ю. Физическое воспитание детей дошкольного возраста. – М: Педагогика, 1978.
17. Клебенко В.М. Быстрота как развитие физических качеств. - Москва 2008. - 290 с.
18. Кудрявцев В.Т., Егоров Б.Б. «Развивающая педагогика оздоровления».- М.,2000 г.
19. Лайзане С. Я. Физическая культура для малышей: Кн. для воспитателя дет.сада. - М.: Просвещение, 2002. - 160 с.: ил.
20. Литвинова Т.И., «Русские народные подвижные игры», М., 1986 г.
21. Миронова Р.М. Игра в развитии активности детей: Кн.для учителя .- Мн.: Нар. Асвета, 1989.
22. Новоселова С.Л. О новой классификации детских игр//Дошкольное воспитание. – 1997. - №3. – С.84-87.
23. Осокина Т.И. Физическая культура в детском саду. – Издание 3-е, переработанное. М:Просвещение, 1985.
24. Пензулаева Л. И. Физкультурные занятия с детьми 5 - 6 лет: Пособие для воспитателя дет.сада. - М.: Просвещение, 2003. - 143 с.: ил.
25. Планирование организованной образовательной деятельности воспитателя с детьми (по программе «От рождения до школы» под ред. Н.Е. Вераксы, Т.С. Комаровой, М.А. Васильевой) Издательство «Учитель», Волгоград, 2015

Примерное планирование образовательной деятельности по физическому развитию детей 6 -7 лет.

Сентябрь

Календарные сроки	Содержание деятельности
1 неделя - три занятия	Тема недели «Ходьба. Бег».
2 неделя - три занятия	Тема недели «Прыжки».
3 неделя - три занятия	Тема недели «Ползание. Лазание. Метание».
4 неделя - три занятия	Тема недели «Взаимодействие и сотрудничество в игровой двигательной деятельности», «Подвижные игры».

Организация двигательного режима

Физкультурные занятия	3 раза в неделю
Спортивные прогулки с использованием подвижных игр	3 раза в неделю
Музыкально – ритмические движения	2 раза в неделю
Утренняя гимнастика	ежедневно
Оздоровительный бег	ежедневно

Обеспечение условий для эффективной физкультурно-оздоровительной работы

Соблюдение гибкого режима	ежедневно
Использование спортивной предметно – развивающей среды	ежедневно
Использование современного спортивного инвентаря и оборудования	ежедневно
Учет возрастных особенностей и физического состояния здоровья	ежедневно

1 неделя (три занятия, первое – на повторение основных мониторинговых заданий, второе и третье - на результат развития)

Образовательная область. Цель. Задача.	Тема	Виды и формы совместной образовательной деятельности	Индивидуальные эталоны усвоения и самостоятельная деятельность	Целевые ориентиры (результат)
Физическое развитие Цель: создание условий для приобретения опыта в двигательной деятельности, направленных на развитие двигательных качеств с учетом требований мониторинга.	Тема первой недели «Ходьба. Бег» Мониторинговые задания Краткое содержание: - выполнение мониторинговых заданий, выполнение программных требований по теме	Двигательная. Мониторинговые задания. Ходьба в разных построениях(в колонне по одному, парами, тройками, в круге, в шеренге). Ходьба обычным, гимнастическим, скрестными шагами. Ходьба с выпадами. Ходьба по гимнастической скамейке. Бег. Бегать легко, медленно,	Выполнение заданий педагога. Участие в подвижной игре и коллективной эстафете.	- ребенок свободно ориентируется и выполняет разные виды ходьбы: в колонне по одному, парами, тройками, в круге, в шеренге, по гимнастической скамейке; - освоил элементарные виды бега: легко, медленно, быстро

Задача: закрепить навыки по накоплению опыта в двигательной деятельности, направленных на развитие двигательных качеств в процессе выполнения заданий с учетом требований мониторинга.	«Ходьба»; - выполнение мониторинговых заданий, выполнение программных требований по теме «Бег»; - игровая деятельность; - трудовая; деятельность.	быстро (стремительно), через препятствия, спиной вперед, с сохранением направления и равновесия. Бег с предметами. Со скакалкой, с мячом. Бегать из разных стартовых позиций. Игровая. «Ловля обезьян», эстафета «Передал - садись». Трудовая. Уборка инвентаря.		(стремительно), через препятствия, спиной вперед, с сохранением направления и равновесия; - умеет бегать из разных стартовых позиций.
---	--	---	--	--

2 неделя (три занятия, первое – на повторение основных мониторинговых заданий, второе и третье - на результат развития)

Образовательная область. Цель. Задача.	Тема	Виды и формы совместной образовательной деятельности	Индивидуальные эталоны усвоения и самостоятельная деятельность	Целевые ориентиры (результат)
Физическое развитие. Цель: создание условий для приобретения опыта в двигательной деятельности, направленных на развитие двигательных качеств с учетом требований мониторинга. Задача: закрепить навыки по накоплению опыта в двигательной деятельности, направленных на развитие двигательных качеств в процессе выполнения заданий с учетом требований мониторинга.	Тема второй недели «Прыжки». Мониторинговые задания Краткое содержание: - выполнение мониторинговых заданий, выполнение программных требований по теме «Прыжки»; - игровая деятельность; - трудовая деятельность.	Двигательная. Мониторинговые задания. Прыжки на двух ногах на месте. Прыжки с поворотом кругом Прыжки боком с зажатым между ног мячом. Прыжки с продвижением вперед на 4 – 5 метров. Прыжки в длину с места (80 – 90 сантиметров). Прыжки в длину с разбега (150 сантиметров). Прыжки в высоту с разбега (40 – 45 сантиметров). Прыжки через короткую и длинную скакалку. Прыжки через обруч. Игровая. «Прыгни - присядь», «Стоп». Трудовая. Уборка инвентаря.	Выполнение заданий педагога. Участие в подвижной игре. Уборка инвентаря.	- ребенок выполняет разные виды прыжков: прыжки на двух ногах на месте, прыжки с поворотом кругом, прыжки боком с зажатым между ног мячом, прыжки с продвижением вперед на 4 – 5 метров, прыжки в длину с места (80 – 90 сантиметров). Прыжки в длину с разбега (150 сантиметров), прыжки в высоту с разбега (40 – 45 сантиметров), прыжки через короткую и длинную скакалку, прыжки через обруч; - ребенок проявляет двигательную активность при выполнении прыжков; - доброжелательно относится

				к сверстникам и взрослым; - выполняет указания педагога (инструктора).
--	--	--	--	---

3 неделя (три занятия, первое - на повторение основных мониторинговых заданий, второе и третье - на результат развития)

Образовательная область. Цель. Задача.	Тема	Виды и формы совместной образовательной деятельности	Индивидуальные эталоны усвоения и самостоятельная деятельность	Целевые ориентиры (результат)
Физическое развитие. Цель: создание условий для приобретения опыта в двигательной деятельности, направленных на развитие двигательных качеств с учетом требований мониторинга. Задача: закрепить навыки по накоплению опыта в двигательной деятельности, направленных на развитие двигательных качеств в процессе выполнения заданий с учетом требований мониторинга.	Тема третьей недели «Ползание. Лазание. Метание». Мониторинговые задания. Краткое содержание: - выполнение мониторинговых заданий, выполнение программных требований по теме «Ползание. Лазание. Метание»; - игровая деятельность; - трудовая деятельность.	Двигательная. Мониторинговые задания «Ползание. Лазание» Ползание на четвереньках по гимнастической скамейке. Ползание на животе, спине, подтягивание руками. Лазание по веревочной лестнице. Переход с пролета на пролет гимнастической стенки по диагонали. «Метание, ловля, бросание». Перебрасывать мяч друг другу из - за головы. Бросание мяча вверх, о землю. Перебрасывать мяч через сетку. Метание в горизонтальную и вертикальную цели. Метание вдаль на 6 - 8 метров. Трудовая. Уборка инвентаря.	Выполнение заданий педагога. Уборка инвентаря.	- ребенок выполняет разные виды ползания и лазания: на четвереньках по гимнастической скамейке, ползание на животе, спине, подтягивание руками, лазание по веревочной лестнице, переход с пролета на пролет гимнастической стенки по диагонали; - успешно справляется с заданиями по ловле и бросанию мяча, метанием в горизонтальную и вертикальную цели. - доброжелательно относится к сверстникам и взрослым; - выполняет указания педагога (инструктора).

4 неделя (три занятия, первое – на повторение основных мониторинговых заданий, второе и третье - на результат развития)

Образовательная область. Цель. Задача.	Тема	Виды и формы совместной образовательной деятельности	Индивидуальные эталоны усвоения и	Целевые ориентиры (результат)
--	------	--	-----------------------------------	-------------------------------

			самостоятельная деятельность	
Физическое развитие. Цель: создание условий для приобретения опыта в двигательной деятельности, направленных на развитие двигательных качеств с учетом требований мониторинга. Задача: закрепить навыки по накоплению опыта в двигательной деятельности, направленных на развитие двигательных качеств в процессе выполнения заданий с учетом требований мониторинга.	Тема третьей недели «Взаимодействие и сотрудничество в игровой двигательной деятельности». Краткое содержание: Мониторинговые задания по теме «Игровое сотрудничество педагога и ребенка в игре».	Коммуникативная. Беседа о помощи и взаимодействии в игре» Двигательная. Мониторинговые задания по теме «Игровое сотрудничество педагога и ребенка в игре». Совместные игровые упражнения. «Ловкая пара». «Снайперы». «Затейники». Эстафеты: «Коршун и наседки». «Загони льдинку». «Догони мяч». «Паутинки» (обручи, ленты). Трудовая. Уборка инвентаря.	Участие в беседе. Выполнение вместе с педагогом (инструктором) игровых упражнений. Участие в эстафетах. Уборка инвентаря.	- ребенок проявляет активный интерес к совместным игровым действиям; - ребенок доброжелательно относится к сверстникам и взрослым; - выполняет указания педагога (инструктора).

Октябрь

Календарные сроки	Содержание деятельности
1 неделя (три занятия)	Тема недели: «Ходьба и равновесие. Прыжки. Бросание мяча»
2 неделя (три занятия)	Тема недели: «Прыжки. Мяч и обруч»
3 неделя (три занятия)	Тема недели: «Ведение мяча. Ползание. Ходьба по рейке гимнастической скамейки. Прыжки»
4 неделя (три занятия)	Тема недели: «Неделя подвижных игр»

Организация двигательного режима

Физкультурные занятия	3 раза в неделю
Спортивные прогулки с использованием подвижных игр	3 раза в неделю
Музыкально – ритмические движения	2 раза в неделю
Утренняя гимнастика	ежедневно
Оздоровительный бег	ежедневно

Обеспечение условий для эффективной физкультурно-оздоровительной работы

Соблюдение гибкого режима	ежедневно
Использование спортивной предметно – развивающей среды	ежедневно
Использование современного спортивного инвентаря и оборудования	ежедневно
Учет возрастных особенностей и физического состояния здоровья	ежедневно

1 неделя (три занятия, первое – на освоение, второе и третье - на закрепление, повторение)

Образовательная область. Цель. Задача.	Тема	Виды и формы совместной образовательной деятельности	Индивидуальные эталоны усвоения и самостоятельная деятельность	Целевые ориентиры (результат)
1	2	3	4	5
Физическое развитие. Цель: создание условий для развития двигательной активности и выполнения программных задач по физическому развитию детей. Задача: развивать двигательную активность в процессе выполнения упражнений, заданий и подвижных игр.	Тема первой недели «Ходьба и равновесие. Прыжки. Бросание мяча» Краткое содержание: - коммуникативная деятельность; - двигательная деятельность; - игровая деятельность; - трудовая деятельность.	Коммуникативная. Беседа о безопасном поведении при выполнении игровых заданий. Двигательная. Ходьба и бег в колонне по одному, «змейкой», с перешагиванием через предметы, высоко поднимая колени, со сменой темпа на сигнал; ходьба и бег между линиями. Бег в среднем темпе до 1,5 минут. Общеразвивающие упражнения. Поднятия рук вверх из положения руки к плечам. Повороты туловища в стороны, поднимая руки вверх - в стороны из положения руки к плечам (руки из-за головы): наклоны вперед, подняв руки вверх, держа руки в стороны. Поочередное пружинистое сгибание ног (стоя, ноги врозь). Сохранение равновесия, стоя на кубе на носках.	Участие в беседе. Самостоятельное выполнение двигательных заданий: ходьбы и бега в колонне по одному, «змейкой», с перешагиванием через предметы, высоко поднимая колени, со сменой темпа на сигнал; ходьбе и беге между линиями. Бег в среднем темпе до 1,5 минут. Самостоятельное выполнение общеразвивающих упражнений: поднятия рук вверх из положения руки к плечам. Повороты туловища в стороны, поднимая руки вверх - в стороны из положения руки к плечам (руки из-за головы): наклоны	- ребенок поддерживает беседу, может высказать свое суждение; - старается точно выполнять двигательные задания; - способен проявлять волевые усилия при выполнении бега (на время); - у ребенка развита крупная и мелкая моторика; - проявляет активность в выполнении упражнений для рук и плечевого пояса; - проявляет ловкость в прыжках через предметы; - отбивает, передает, подбрасывает мяч разными способами;
		Основные движения. Ходьба по гимнастической скамейке на носках, руки за голову, на середине - присесть, встать и пройти дальше, боком. Ходьба по гимнастической скамейке на	вперед, подняв руки вверх, держа руки в стороны. Поочередное пружинистое сгибание ног (стоя, ноги врозь). Сохранение равновесия, стоя на кубе на носках.	- проявляет элементы творчества в подвижных играх; - охотно занимается трудовой деятельностью (уборкой инвентаря).

		носках, рукиза голову, на середине - присесть, встать и пройти дальше, боком, приставным шагом с мешочком на голове. Прыжки через шнур и вдоль на двух ногах, на правой (левой) ноге. Бросание малого мяча вверх, ловля двумя руками, перебрасывание друг другу. Игровая. «Стоп», «Вершки и корешки». Трудовая. Уборка инвентаря.	Самостоятельное выполнение ходьбы по гимнастической скамейке на носках. Прыжки через шнур и вдоль на двух ногах, на правой (левой) ноге. Бросание малого мяча вверх, ловля двумя руками, перебрасывание друг другу. Участие в подвижных играх. Участие в трудовой деятельности.	
--	--	--	--	--

2 неделя(три занятия: первое – на освоение, второеи третье - на закрепление, повторение)

Образовательная область. Цель. Задача.	Тема	Виды и формы совместной образовательной деятельности	Индивидуальные эталоны усвоения и самостоятельная деятельность	Целевые ориентиры (результат)
Физическое развитие Цель: создание условий для развития двигательных навыков. Задача: развивать двигательную активность в процессе выполнения упражнений, заданий и подвижных игр, прыжков, упражнений с мячом и обручем.	Тема второй недели: «Прыжки. Мяч и обруч». Краткое содержание: - коммуникативная деятельность; - двигательная деятельность; - игровая деятельность; - трудовая деятельность.	Коммуникативная. Беседа о прыжках и играх с мячом. Двигательная. Общеразвивающие упражнения по выбору педагога. Основные движения по теме недели. Прыжки с высоты (40 см). Отбивание мяча одной рукой на месте. Ведение мяча, забрасывание его в корзину двумя руками. Пролезание через три обруча, в обруч прямо и боком. Игровая. «Мышеловка», «Эхо». Трудовая. Уборка инвентаря.	Участие в беседе. Самостоятельное выполнение двигательных заданий. Самостоятельное выполнение прыжков с высоты (40 см). Отбивание мяча одной рукой на месте. Ведение мяча, забрасывание его в корзину двумя руками. Пролезание через три обруча, в обруч прямо и боком. Участие в подвижных играх. Участие в трудовой деятельности.	- ребенок поддерживает беседу, может высказать свое суждение; - старается точно выполнять двигательные задания; - у ребенка развита крупная и мелкая моторика; - проявляет ловкость в прыжках с высоты; - отбивает, передает, подбрасывает мяч разными способами; - проявляет элементы творчества в подвижных играх; - охотно занимается трудовой деятельностью (уборкой инвентаря).

3 неделя (три занятия, первое – на освоение, второе и третье - на закрепление, повторение)

Образовательная область. Цель. Задача.	Тема	Виды и формы совместной образовательной деятельности	Индивидуальные эталоны усвоения и самостоятельная деятельность	Целевые ориентиры (результат)
Физическое развитие. Цель: создание условий для развития двигательных навыков со спортивными предметами. Задача: развивать двигательную активность в процессе выполнения упражнений, заданий и подвижных игр, прыжков, упражнений со спортивными предметами.	Тема третьей недели: «Ведение мяча. Ползание. Ходьба по рейке гимнастической скамейки. Прыжки». Краткое содержание: - коммуникативная деятельность; - двигательная деятельность; - игровая деятельность; - трудовая деятельность.	Коммуникативная. Беседа о правилах поведения в коллективных играх. Двигательная. Общеразвивающие упражнения по выбору педагога Основные движения по теме недели. Ведение мяча: по прямой, сбоку; между предметами; по полу, подталкивая мяч головой. Ползание по гимнастической скамейке на животе прямо, подтягиваясь руками. Ходьба по рейке гимнастической скамейки, руки за головой, с мешочком на голове. Прыжки вверх из глубокого приседа. Игровая. «Охотники и утки», «Фигурная ходьба», «Улитка, иголка и нитка». Трудовая. Уборка инвентаря.	Участие в беседе. Самостоятельное выполнение двигательных заданий. Самостоятельное выполнение заданий с мячом. Отбивание мяча одной рукой на месте. Ведение мяча по прямой, сбоку; между предметами; по полу, подталкивая мяч головой. Ходьба по рейке гимнастической скамейки, руки за головой, с мешочком на голове. Прыжки вверх из глубокого приседания. Участие в подвижных играх. Участие в трудовой деятельности.	- ребенок поддерживает беседу, может высказать свое суждение; - старается точно выполнять двигательные задания; - у ребенка развита крупная и мелкая моторика; - проявляет ловкость в прыжках; - владеет ведением мяча по прямой; - проявляет элементы творчества в подвижных играх; - охотно занимается трудовой деятельностью (уборкой инвентаря).

4 неделя (три занятия, первое – на освоение, второе и третье - на закрепление, повторение)

Образовательная область. Цель. Задача.	Тема	Виды и формы совместной образовательной деятельности	Индивидуальные эталоны усвоения и самостоятельная деятельность	Целевые ориентиры (результат)
Физическое развитие. Цель: создание условий для проведения эстафеты и	Тема четвертой недели: «Неделя подвижных игр». Краткое содержание: - двигательная	Двигательная. «Неделя подвижных игр» Игры, игровые упражнения: 1. «Проведи мяч». 2. «Круговая лапта».	Участие в подвижных играх и эстафетах.	- ребенок с интересом участвует в подвижных играх и эстафетах; - проявляет волевые усилия в командных соревнованиях.

подвижных игр. Задача: провести «Неделю подвижных игр» для повторения и закрепления двигательных умений и навыков.	деятельность; - игровая деятельность;	3. «Кто самый меткий?». 4. «Эхо» (малоподвижная). 5. «Совушка». Эстафеты: 1. «Кто быстрее?» (ведение мяча). 2. «Мяч водящему» (играют 2-3 команды). 3. «Ловкая пара». 4. «Не задень» (2-3 команды).		
--	--	---	--	--

Ноябрь

Календарные сроки	Содержание деятельности
1 неделя - три занятия	Тема недели «Ходьба по канату» «Прыжки через шнур»
2 неделя - три занятия	Тема недели «Баскетбол»
3 неделя - три занятия	Тема недели «Ползание. Лазание. Метание»
4 неделя - три занятия	Тема недели «Подвижные игры»

Организация двигательного режима

Физкультурные занятия	3 раза в неделю
Спортивные прогулки с использованием подвижных игр	3 раза в неделю
Музыкально – ритмические движения	2 раза в неделю
Утренняя гимнастика	ежедневно
Оздоровительный бег	ежедневно

Обеспечение условий для эффективной физкультурно-оздоровительной работы

Соблюдение гибкого режима	ежедневно
Использование спортивной предметно – развивающей среды	ежедневно
Использование современного спортивного инвентаря и оборудования	ежедневно
Учет возрастных особенностей и физического состояния здоровья	ежедневно

1 неделя (три занятия, первое – на освоение, второе и третье - на закрепление, повторение)

Образовательная область. Цель. Задача.	Тема	Виды и формы совместной образовательной деятельности	Индивидуальные эталоны усвоения и самостоятельная деятельность	Целевые ориентиры (результат)
Физическое развитие Цель: создание условий для формирования потребности в	Тема первой недели «Ходьба по канату» «Прыжки через шнур». Краткое содержание: - коммуникативная	Коммуникативная. Беседа о важности выполнения физических упражнений из разных исходных положений четко и ритмично, в заданном темпе. Двигательная. Ходьба и бег в колонне по одному, «змейкой», с	Участие в беседе. Участие в разных видах ходьбы и бега: ходьбе и беге в колонне по одному, «змейкой», с перешагиванием через предметы, высоко поднимая	- ребенок поддерживает беседу, может высказать свое суждение; - старается точно выполнять двигательные задания;

ежедневной двигательной деятельности, для выполнения физических упражнений из разных исходных положений четко и ритмично, в заданном темпе. Задача: формировать потребность в ежедневной двигательной деятельности для выполнения физических упражнений из разных исходных положений четко и ритмично, в заданном темпе.	деятельность; - двигательная деятельность; - игровая деятельность; - трудовая деятельность.	перешагиванием через предметы, высоко поднимая колени, со сменой темпа на сигнал; ходьба и бег между линиями. Общеразвивающие упражнения Поднятие и опускание плеч. Поднимание обеих ног в упоре сидя, оттягивая носки, удерживание ног в этом положении. Приседания из положения ноги врозь, переноса массу тела с одной ноги на другую, не поднимаясь. Сохранение равновесия, стоя на одной ноге. Основные движения. Ходьба по канату боком приставным шагом. Прыжки через шнуры. Эстафета «Мяч водящему». Прыжки попеременно на левой и правой ногах через шнур.	колени, со сменой темпа на сигнал; ходьбе и бегу между линиями. Самостоятельное выполнение общеразвивающих упражнений: поднятие и опускание плеч;поднимание обеих ног в упоре сидя, оттягивая носки, удерживание ног в этом положении. Приседания из положения ноги врозь, переноса массу тела с одной ноги на другую, не поднимаясь. Сохранение равновесия, стоя на одной ноге. Самостоятельное выполнение основных движений. Участие в эстафете. Самостоятельное выполнение прыжков.	- умеет удерживать равновесие; - у ребенка развита крупная и мелкая моторика; - проявляет активность в выполнении упражнений для рук и плечевого пояса; - проявляет ловкость в прыжках; - проявляет элементы творчества в подвижных играх.
---	--	---	---	---

2 неделя(три занятия, первое – на освоение, второеи третье - на закрепление, повторение)

Образовательная область. Цель. Задача.	Тема	Виды и формы совместной образовательной деятельности	Индивидуальные эталоны усвоения и самостоятельная деятельность	Целевые ориентиры (результат)
Физическое развитие Цель: создание условий для формирования потребности в ежедневной двигательной деятельности.	Тема второй недели: «Баскетбол». Краткое содержание: - коммуникативная деятельность; - двигательная деятельность; - игровая деятельность; - трудовая деятельность.	Коммуникативная. Беседа об игре в баскетбол. Двигательная. Общеразвивающие упражнения по выбору педагога. Основные движения по теме недели. Прыжки через короткую скакалку с вращением ее вперед. Ползание под шнур боком.	Участие в беседе. Самостоятельное выполнение двигательных заданий. Самостоятельное выполнение прыжков. Ползание под шнур боком. Прокатывание обруча.	- ребенок поддерживает беседу, может высказать свое суждение; - старается точно выполнять двигательные задания; - у ребенка развита крупная и мелкая моторика; - проявляет ловкость в прыжках с высоты;

Задача: познакомить детей с различными видами спорта.		Прокатывание обруча друг другу. «Попади в корзину» (баскетбольный вариант, расстояние- 3 м) Игровая. «Мышеловка», «Эхо».	Самостоятельное выполнение баскетбольных движений с мячом. Участие в игровой деятельности.	- отбивает, передает, подбрасывает мяч разными способами; -с интересом выполняет задания и правила баскетбольной игры; - проявляет элементы творчества в подвижных играх; - охотно занимается трудовой деятельностью (уборкой инвентаря).
---	--	--	---	--

3 неделя (три занятия, первое – на освоение, второе и третье - на закрепление, повторение)

Образовательная область. Цель. Задача.	Тема	Виды и формы совместной образовательной деятельности	Индивидуальные эталоны усвоения и самостоятельная деятельность	Целевые ориентиры (результат)
Физическое развитие. Цель: создание условий для развития у детей физических качеств в ведущим в этом возрасте: быстроты, ловкости, координации. Задача: развивать ведущие физические качества детей в процессе разных видов игровой деятельности.	Тема третьей недели: «Ползание. Лазание. Метание». Краткое содержание: - коммуникативная деятельность; - двигательная деятельность; - игровая деятельность; - трудовая деятельность.	Коммуникативная. Беседа о безопасном метании предметов в цель. Двигательная. Общеразвивающие упражнения по выбору педагога. Основные движения по теме недели. Ползание по гимнастической скамейке с мешочком на спине. Метание в горизонтальные цели (расстояние - 4метра). Влезание на гимнастическую стенку и переход на другой - пролет по диагонали. Ходьба по гимнастической скамейке боком приставным шагом, перешагивая через кубики, руки на поясе. Игровая. «Рыбак и рыбки», «Придумай фигуру» (ходьба в колонне). Трудовая. Уборка инвентаря.	Участие в беседе. Самостоятельное выполнение двигательных заданий. Самостоятельное выполнение основных движений: ползание по гимнастической скамейке с мешочком на спине. Метание в горизонтальные цели (расстояние - 4метра). Влезание на гимнастическую стенку и переход на другой пролет по диагонали. Самостоятельное выполнение ходьбы по гимнастической скамейке боком приставным шагом, перешагивая через кубики, руки на поясе. Участие в подвижных играх. Участие в трудовой деятельности.	- ребенок поддерживает беседу; -самостоятельно выполняет основные движения; - проявляет волевые усилия при метании, лазании, ползании; - проявляет активность в коллективных подвижных играх; - проявляет уважение к собственным трудовым действиям и труду своих сверстников.

4 неделя (три занятия, первое – на освоение, второе и третье - на закрепление, повторение)

Образовательная область. Цель. Задача.	Тема	Виды и формы совместной образовательной деятельности	Индивидуальные эталоны усвоения и самостоятельная деятельность	Целевые ориентиры (результат)
Физическое развитие Цель: создание условий для проведения эстафеты и подвижных игр. Задача: провести «Неделю подвижных игр» для повторения и закрепления двигательных умений и навыков.	Тема четвертой недели: «Неделя подвижных игр» Краткое содержание: - двигательная деятельность; - игровая деятельность.	Двигательная. «Неделя подвижных игр» Игры, игровые упражнения, эстафеты. Подвижные игры: 1. «Перелет птиц» 2. «Лягушки и цапля» 3. «Что изменилось?» 4. «Удочка» 5. «Придумай фигуру» Игровые эстафеты: 1. «Быстро передай» (в колонне) 2. «Кто быстрее доберется до флажка?» (прыжки на левой и правой ногах) 3. «Собери и разложи» (обручи) 4. «Летает - не летает» 5. «Муравейник»	Участие в подвижных играх и эстафетах.	- ребенок с интересом участвует в подвижных играх и эстафетах; - проявляет волевые усилия в командных соревнованиях.

Декабрь

Календарные сроки	Содержание деятельности
1 неделя - три занятия	Тема недели «Ходьба. Бег».
2 неделя - три занятия	Тема недели «Прыжки».
3 неделя - три занятия	Тема недели «Ползание. Лазание. Метание».
4 неделя - три занятия	Тема недели «Взаимодействие и сотрудничество в игровой двигательной деятельности», «Подвижные игры».

Организация двигательного режима

Физкультурные занятия	3 раза в неделю
Спортивные прогулки с использованием подвижных игр	3 раза в неделю
Музыкально – ритмические движения	2 раза в неделю
Утренняя гимнастика	ежедневно
Оздоровительный бег	ежедневно

Обеспечение условий для эффективной физкультурно-оздоровительной работы

Соблюдение гибкого режима	ежедневно
Использование спортивной предметно – развивающей среды	ежедневно
Использование современного спортивного инвентаря и оборудования	ежедневно
Учет возрастных особенностей и физического состояния здоровья	ежедневно

1 неделя (три занятия, первое – на повторение основных мониторинговых заданий, второе и третье - на результат развития)

Образовательная область. Цель. Задача.	Тема	Виды и формы совместной образовательной деятельности	Индивидуальные эталоны усвоения и самостоятельная деятельность	Целевые ориентиры (результат)
Физическое развитие Цель: создание условий для приобретения опыта в двигательной деятельности, направленных на развитие двигательных качеств с учетом требований промежуточного мониторинга. Задача: закрепить навыки по накоплению опыта в двигательной деятельности, направленных на развитие двигательных качеств в процессе выполнения заданий с учетом требований промежуточного мониторинга.	Тема первой недели «Ходьба. Бег» Мониторинговые задания Краткое содержание: - выполнение мониторинговых заданий, выполнение программных требований по теме «Ходьба»; - выполнение мониторинговых заданий, выполнение программных требований по теме «Бег»; - игровая деятельность; - трудовая деятельность.	Двигательная. Мониторинговые задания. Ходьба в разных построениях(в колонне по одному, парами, тройками, в круге, в шеренге). Ходьба обычным, гимнастическим, скрестными шагами. Ходьба с выпадами. Ходьба по гимнастической скамейке. Бег. Бегать легко, медленно, быстро (стремительно), через препятствия, спиной вперед, с сохранением направления и равновесия. Бег с предметами. Со скакалкой, с мячом. Бегать из разных стартовых позиций. Игровая. «Ловля обезьян», эстафета «Передал - садись». Трудовая. Уборка инвентаря.	Выполнение заданий педагога. Участие в подвижной игре и коллективной эстафете.	- ребенок свободно ориентируется и выполняет разные виды ходьбы: в колонне по одному, парами, тройками, в круге, в шеренге, по гимнастической скамейке; - освоил элементарные виды бега: легко, медленно, быстро (стремительно), через препятствия, спиной вперед, с сохранением направления и равновесия; - умеет бегать из разных стартовых позиций.

2 неделя (три занятия, первое – на повторение основных мониторинговых заданий, второе и третье - на результат развития)

Образовательная область. Цель. Задача.	Тема	Виды и формы совместной образовательной деятельности	Индивидуальные эталоны усвоения и	Целевые ориентиры (результат)
--	------	--	-----------------------------------	-------------------------------

			самостоятельная деятельность	
Физическое развитие. Цель: создание условий для приобретения опыта в двигательной деятельности, направленных на развитие двигательных качеств с учетом требований промежуточного мониторинга. Задача: закрепить навыки по накоплению опыта в двигательной деятельности, направленных на развитие двигательных качеств в процессе выполнения заданий с учетом требований промежуточного мониторинга.	Тема второй недели «Прыжки». Мониторинговые задания Краткое содержание: - выполнение мониторинговых заданий, выполнение программных требований по теме «Прыжки»; - игровая деятельность; - трудовая деятельность.	Двигательная. Мониторинговые задания. Прыжки на двух ногах на месте. Прыжки с поворотом кругом Прыжки боком с зажатым между ног мячом. Прыжки с продвижением вперед на 4 – 5 метров. Прыжки в длину с места (80 – 90 сантиметров).Прыжки в длину с разбега (150 сантиметров). Прыжки в высоту с разбега (40 – 45 сантиметров). Прыжки через короткую и длинную скакалку. Прыжки через обруч. Игровая. «Прыгни - присядь», «Стоп». Трудовая. Уборка инвентаря.	Выполнение заданий педагога. Участие в подвижной игре. Уборка инвентаря.	- ребенок выполняет разные виды прыжков: прыжки на двух ногах на месте, прыжки с поворотом кругом, прыжки боком с зажатым между ног мячом, прыжки с продвижением вперед на 4 – 5 метров, прыжки в длину с места (80 – 90 сантиметров).Прыжки в длину с разбега (150 сантиметров),прыжки в высоту с разбега (40 – 45 сантиметров), прыжки через короткую и длинную скакалку, прыжки через обруч; - ребенок проявляет двигательную активность при выполнении прыжков; - доброжелательно относится к сверстникам и взрослым; - выполняет указания педагога (инструктора).

3 неделя (три занятия, первое - на повторение основных мониторинговых заданий, второе и третье - на результат развития)

Образовательная область. Цель. Задача.	Тема	Виды и формы совместной образовательной деятельности	Индивидуальные эталоны усвоения и самостоятельная деятельность	Целевые ориентиры (результат)
Физическое развитие. Цель: создание условий для приобретения опыта в двигательной деятельности,	Тема третьей недели «Ползание. Лазание. Метание». Мониторинговые задания. Краткое содержание: - выполнение	Двигательная. Мониторинговые задания «Ползание. Лазание» Ползание на четвереньках по гимнастической скамейке. Ползание на животе, спине, подтягивание руками.	Выполнение заданий педагога. Уборка инвентаря.	- ребенок выполняет разные виды ползания и лазания: на четвереньках по гимнастической скамейке, ползание на животе, спине,

направленных на развитие двигательных качеств с учетом требований промежуточного мониторинга. Задача: закрепить навыки по накоплению опыта в двигательной деятельности, направленных на развитие двигательных качеств в процессе выполнения заданий с учетом требований промежуточного мониторинга.	мониторинговых заданий, выполнение программных требований по теме «Ползание. Лазание. Метание»; - игровая деятельность; - трудовая деятельность.	Лазание по веревочной лестнице. Переход с пролета на пролет гимнастической стенки по диагонали. «Метание, ловля, бросание». Перебрасывать мяч друг другу из - за головы. Бросание мяча вверх, о землю. Перебрасывать мяч через сетку. Метание в горизонтальную и вертикальную цели. Метание вдаль на 6 - 8 метров. Трудовая. Уборка инвентаря.		подтягивание руками, лазание по веревочной лестнице, переход с пролета на пролет гимнастической стенки по диагонали; -успешно справляется с заданиями по ловле и бросанию мяча, метанием в горизонтальную и вертикальную цели. - доброжелательно относится к сверстникам и взрослым; - выполняет указания педагога (инструктора).
--	--	--	--	--

4 неделя (три занятия, первое – на повторение основных мониторинговых заданий, второе и третье - на результат развития)

Образовательная область. Цель. Задача.	Тема	Виды и формы совместной образовательной деятельности	Индивидуальные эталоны усвоения и самостоятельная деятельность	Целевые ориентиры результат)
Физическое развитие. Цель: создание условий для приобретения опыта в двигательной деятельности, направленных на развитие двигательных качеств с учетом требований промежуточного мониторинга. Задача: закрепить навыки по	Тема третьей недели «Взаимодействие и сотрудничество в игровой двигательной деятельности». Краткое содержание: Мониторинговые задания по теме «Игровое сотрудничество педагога и ребенка в игре».	Коммуникативная. Беседа о помощи и взаимодействии в игре» Двигательная. Мониторинговые задания по теме «Игровое сотрудничество педагога и ребенка в игре». Совместные игровые упражнения. «Ловкая пара». «Снайперы». «Затейники». Эстафеты: «Коршун и наседки». «Загони льдинку». «Догони мяч».	Участие в беседе. Выполнение вместе с педагогом (инструктором) игровых упражнений. Участие в эстафетах. Уборка инвентаря.	- ребенок проявляет активный интерес к совместным игровым действиям; - ребенок доброжелательно относится к сверстникам и взрослым; - выполняет указания педагога (инструктора).

накоплению опыта в двигательной деятельности, направленных на развитие двигательных качеств в процессе выполнения заданий с учетом требований промежуточного мониторинга.		«Паутинки» (обручи, ленты). Трудовая. Уборка инвентаря.		
---	--	--	--	--

Качественные показатели освоения элементов техники основных движений детей 6 - 7 лет

Основные движения	Показатель
Ходьба и бег	Ходьба разных построениях (в колонне по одному, парами, тройками, в круге, в шеренге) Ходьба обычным, гимнастическим, скрестными шагами. Ходьба с выпадами. Ходьба по гимнастической скамейке. Бег. Бегать легко, медленно, быстро (стремительно), через препятствия, спиной вперед, с сохранением направления и равновесия. Бег с предметами. Со скакалкой, с мячом. Бегать из разных стартовых позиций.
Прыжки	Прыжки на двух ногах на месте. Прыжки с поворотом кругом Прыжки боком с зажатым между ног мячом. Прыжки с продвижением вперед на 4 – 5 метров. Прыжки в длину с места (80 – 90 сантиметров). Прыжки в длину с разбега (150 сантиметров). Прыжки в высоту с разбега (40 – 45 сантиметров). Прыжки через короткую и длинную скакалку. Прыжки через обруч.
Ползание, лазание, метание, ловля, бросание.	«Ползание. Лазание» Ползание на четвереньках по гимнастической скамейке. Ползание на животе, спине, Подтягивание руками. Лазание по веревочной лестнице. Переход с пролета на пролет гимнастической стенки по диагонали. «Метание, ловля, бросание» Перебрасывать мяч друг другу из – за головы. Бросание мяча вверх, о землю. Перебрасывать мяч через сетку. Метание в горизонтальную и вертикальную цели. Метание вдаль на 6 – 8 метров.
«Взаимодействие и сотрудничество в игровой двигательной	«Взаимодействие и сотрудничество в игровой двигательной деятельности» Результат взаимодействия: развитие детской любознательности, инициативы, познавательной активности, потребность в двигательной деятельности и физическом совершенствовании.

деятельности»	
---------------	--

Январь

Календарные сроки	Содержание деятельности
1 неделя - праздничные выходные дни	Тема недели - праздничные выходные дни
2 неделя - праздничные выходные дни	Тема недели - «Метание. Упражнения с мячом»
3 неделя - три занятия	Тема недели «Метание. Ползание»
4 неделя - три занятия	Тема недели «Прыжки. Упражнения с мячом»

Организация двигательного режима

Физкультурные занятия	3 раза в неделю
Спортивные прогулки с использованием подвижных игр	3 раза в неделю
Музыкально – ритмические движения	2 раза в неделю
Утренняя гимнастика	ежедневно
Оздоровительный бег	ежедневно

Обеспечение условий для эффективной физкультурно-оздоровительной работы

Соблюдение гибкого режима	ежедневно
Использование спортивной предметно – развивающей среды	ежедневно
Использование современного спортивного инвентаря и оборудования	ежедневно
Учет возрастных особенностей и физического состояния здоровья	ежедневно

1 неделя– выходные праздничные дни

2 неделя (три занятия, первое – на освоение, второе и третье - на закрепление, повторение)

Образовательная область. Цель. Задача.	Тема	Виды и формы совместной образовательной деятельности	Индивидуальные эталоны усвоения и самостоятельная деятельность	Целевые ориентиры (результат)
Физическое развитие. Цель: создание условий для накопления и обогащения двигательного опыта детей. Задача: обогатить	Тема третьей недели:«Метание,упражнения с мячом». Краткое содержание: - игровая деятельность; - трудовая деятельность.	Вводная часть (возможно повторение, закрепление до конца месяца). Двигательная. Ходьба в колонне по одному приставными шагами с левой и правой ног попеременно, перестроение в колонну по два, в чередовании с бегом, «змейкой», в полуприседе, врассыпную. Бег «змейкой» с поворотом на сигнал, с высоким подниманием колен, подскоки, шаг «голова по кругу». Повороты налево, направо. Общеразвивающие упражнения.	Самостоятельное выполнение общеразвивающих упражнений. Самостоятельное и точное выполнение основных движений: метание мешочков в вертикальную цель с расстояния- 3 м.	- ребенок доброжелательно взаимодействует со сверстниками и взрослыми; - проявляет волевые усилия при метании, лазании, ползании; - проявляет активность в коллективных подвижных играх;

двигательный опыт детей в процессе разных видов детской деятельности.		Отведение локтей назад (рывки 2-3 раза) и выпрямление рук в стороны из положения руки перед грудью. Сесть из положения лежа на спине (закрепив ноги), возвращение в исходное положение. Касание носком выпрямленной ноги (мах вперед) ладони вытянутой вперед руки (одноименной и разноименной). Сохранение равновесия, балансируя на большом набивном мяче (вес 3 кг) Основные движения по теме недели. Метание мешочков в вертикальную цель с расстояния 3 м. Метание набивного мяча двумя руками из-за головы. Упражнения с мячом. Ведение мяча попеременно правой и левой руками. Перебрасывание мяча друг другу от груди двумя руками. Игровая. Подвижные игры «Догони мяч».		- проявляет уважение к собственным трудовым действиям и труду своих сверстников.
---	--	---	--	--

3 неделя (три занятия, первое – на освоение, второе и третье - на закрепление, повторение)

Образовательная область. Цель. Задача.	Тема	Виды и формы совместной образовательной деятельности	Индивидуальные эталоны усвоения и самостоятельная деятельность	Целевые ориентиры (результат)
Физическое развитие. Цель:создание условий для накопления и обогащения двигательного	Тема третьейнедели:«Метание, ползание». Краткое содержание: - игровая деятельность; - трудовая деятельность.	Вводная часть (возможно повторение, закрепление до конца месяца). Двигательная. Ходьба в колонне по одному приставными шагами с левой и правой ног попеременно, перестроение в колонну по два, в чередовании с бегом, «змейкой», в полуприседе, врассыпную. Бег «змейкой» с поворотом на сигнал, с высоким подниманием ко-	Самостоятельное выполнение общеразвивающих упражнений. Самостоятельное и точное выполнение основных движений:	- ребенок доброжелательно взаимодействует со сверстниками и взрослыми; - проявляет волевые усилия при метании, лазании, ползании; - проявляет активность в коллективных подвижных

опыта детей. Задача: обогатить двигательный опыт детей в процессе разных видов детской деятельности.		лен, подскоки, шаг «голова по кругу». Повороты налево, направо. Общеразвивающие упражнения. Отведение локтей назад (рывки 2-3 раза) и выпрямление рук в стороны из положения руки перед грудью. Сесть из положения лежа на спине (закрепив ноги), возвращение в исходное положение. Касание носком выпрямленной ноги (мах вперед) ладони вытянутой вперед руки (одноименной и разноименной). Сохранение равновесия, балансируя на большом набивном мяче (вес 3 кг) Основные движения по теме недели. Метание мешочков в вертикальную цель с расстояния 3 м. Метание набивного мяча двумя руками из-за головы. Подлезание под палку (40 см). Перешагивание через шнур (40 см). Ползание по скамейке с мешочком на спине.	метание мешочков в вертикальную цель с расстояния- 3 м. Подлезание под палку (40 см). Перешагивание через шнур (40 см). Ползание по скамейке с мешочком на спине.	играх; - проявляет уважение к собственным трудовым действиям и труду своих сверстников.
---	--	---	--	---

4неделя (три занятия, первое – на освоение, второе и третье - на закрепление, повторение)

Образовательная область. Цель. Задача.	Тема	Виды и формы совместной образовательной деятельности	Индивидуальные эталоны усвоения и самостоятельная деятельность	Целевые ориентиры (результат)
Физическое развитие. Цель: создание условий для накопления и обогащения двигательного опыта детей, для освоения и закрепления основных программных движений.	Тема четвертой недели: «Прыжки. Упражнения с мячом». «Краткое содержание: - двигательная деятельность; - игровая деятельность.	Вводная часть (возможно повторение, закрепление до конца месяца). Ходьба и бег в колонне по одному, врассыпную, парами, с ускорением, «змейкой», между предметами, с преодолением препятствий, по канату. Перестроение в колонну по два в движении. Бег в среднем темпе Двигательная. Основные движения по теме недели Прыжки на мат с места (толчком двух ног). Прыжки с разбега (3 шага). Прыжки через набивные мячи (6-8 шт.). Прыжки с мячом, зажатым между колен (5-6 м).	Выполнение разных видов ходьбы. Самостоятельное преодоление препятствий (по канату). Самостоятельное выполнение разных видов прыжков: прыжки на мат с места (толчком двух ног). Прыжки с разбега (3 шага). Прыжки через набивные мячи (6-8 шт.). Прыжки с мячом, зажатым между колен (5-6 м). Выполнение игровых заданий с	- ребенок прилагает волевые усилия в упражнениях по преодолению препятствий; - выполняет разные видов прыжков; - проявляет ловкость при выполнении упражнений с мячом; - проявляет инициативу в подвижных играх.

Задача: обогатить двигательный опыт детей в процессе разных видов детской деятельности.		Упражнения с мячом. Ведение мяча попеременно правой и левой руками. Перебрасывание мяча друг другу от груди двумя руками. Игровая. Подвижные игры «Кто скорее доберется до флажка?», «Что изменилось?».	мячом: ведение мяча попеременно правой и левой руками, перебрасывание мяча друг другу от груди двумя руками. Участие в подвижных играх.	
--	--	---	--	--

Февраль

Календарные сроки	Содержание деятельности
1 неделя - три занятия	Тема недели «Ходьба. Прыжки. Бросание мяча»
2 неделя - три занятия	Тема недели «Равновесие»
3 неделя - три занятия	Тема недели «Школа мяча»
4 неделя - три занятия	Тема недели «Игровая деятельность. Подвижные игры».

Организация двигательного режима

Физкультурные занятия	3 раза в неделю
Спортивные прогулки с использованием подвижных игр	3 раза в неделю
Музыкально – ритмические движения	2 раза в неделю
Утренняя гимнастика	ежедневно
Оздоровительный бег	ежедневно

Обеспечение условий для эффективной физкультурно-оздоровительной работы

Соблюдение гибкого режима	ежедневно
Использование спортивной предметно – развивающей среды	ежедневно
Использование современного спортивного инвентаря и оборудования	ежедневно
Учет возрастных особенностей и физического состояния здоровья	ежедневно

1 неделя (три занятия, первое – на освоение, второе и третье - на закрепление, повторение)

Образовательная область. Цель. Задача.	Тема	Виды и формы совместной образовательной деятельности	Индивидуальные эталоны усвоения и самостоятельная деятельность	Целевые ориентиры (результат)
Физическое развитие. Цель: создание условий для накопления и	Тема первой недели: «Ходьба. Прыжки. Бросание мяча». Краткое	Двигательная. Вводная часть Ходьба с остановкой по сигналу «Фигура!», с изменением направления, между предметами, враспынную. Бег в умеренном темпе до 1,5 мин. Перестроение в колонны по два и по три.	Выполнение разных видов ходьбы. Выполнение двигательных заданий. Участие в подвижных играх.	- ребенок хорошо ориентируется в разных видах ходьбы;

обогащения двигательного опыта детей, для освоения и закрепления основных программных движений. Задача: обогатить двигательный опыт детей в процессе разных видов детской деятельности.	содержание: - двигательная деятельность; - игровая деятельность.	Общеразвивающие упражнения. Круговые движения согнутыми в локтях руками (кисти у плеч). Поочередные поднятия ноги, согнутой в колене. Свободные махи ногами вперед-назад, держась за опору. Основные движения по теме недели. Ходьба с перешагиванием через набивные мячи. Прыжки через короткую скакалку с продвижением вперед. Бросание мяча вверх и ловля его двумя руками. Ходьба по гимнастической скамейке боком приставным шагом, руки за голову. Бросание мяча с произведением хлопка. Прыжки через скакалку с промежуточным подскоком. Прыжки на двух ногах через 5-6 шнуров. Игровая. «Эхо».	Самостоятельное выполнение общеразвивающих и основных движений. Участие в подвижной игре.	- выполняет разные виды прыжков; - проявляет ловкость при выполнении упражнений с мячом; - проявляет инициативу в подвижных играх.
--	--	--	---	--

2 неделя (три занятия, первое – на освоение, второе и третье - на закрепление, повторение)

Образовательная область. Цель. Задача.	Тема	Виды и формы совместной образовательной деятельности	Индивидуальные эталоны усвоения и самостоятельная деятельность	Целевые ориентиры (результат)
Физическое развитие. Цель: создание условий для развития детских умений по осуществлению самоконтроля и самооценки своих результатов. Задача: научить контролировать свои движения, давать самооценку выполненным двигательным	Тема второй недели «Равновесие». Краткое содержание: - двигательная деятельность; - игровая деятельность.	Двигательная. Вводная часть. Ходьба и бег в чередовании (ходьба -10 м, бег - 20 м), врассыпную; строевые упражнения; перестроение в колонны по одному и по два в движении. Ходьба и бег с чередованием. Основные движения по теме недели. Ходьба по гимнастической скамейке: боком, приставным шагом, с приседанием на одной ноге. Перешагивание через палку, обруч, веревку. Стоя на скамейке подпрыгивать и мягко приземляться на нее. Пройти пот узкой стороне скамейки прямо и боком. Балансировать на большом	Выполнение разных видов ходьбы. Выполнение двигательных заданий. Участие в подвижных играх. Самостоятельное выполнение общеразвивающих движений. Самостоятельное выполнение упражнений на равновесие: ходьбы по гимнастической скамейке: боком, приставным шагом, с приседанием на одной ноге, перешагивание через палку, обруч, веревку. Стоя на скамейке подпрыгивать и мягко приземляться на нее. Прохождение по узкой стороне	- ребенок хорошо ориентируется в разных видах ходьбы; - уверенно ходит по гимнастической скамейке, удерживает равновесие; - владеет приемами мягкого приземления в прыжках; - проявляет инициативу в подвижных играх; - может адекватно оценить свои успехи и достижения; - с интересом относится к уборке инвентаря и наведению порядка в

заданиям.		набивном мяче. Игровая. «Ловля обезьян», эстафета «Передал - садись». Трудовая. Уборка инвентаря.	скамейки прямо и боком. Выполнение балансирования на большом набивном мяче. Участие в подвижной игре. Участие в трудовой деятельности.	спортивном зале.
-----------	--	--	--	------------------

3 неделя (три занятия, первое на освоение движений, второе и третье – на повторение, закрепление)

Образовательная область. Цель. Задачи.	Тема	Виды и формы совместной образовательной деятельности	Индивидуальные эталоны усвоения и самостоятельная деятельность	Целевые ориентиры
Физическое развитие. Цель: создание условий для развития двигательной деятельности детей. Задача: совершенствовать физические качества в разнообразных формах двигательной деятельности.	«Школа мяча» Краткое содержание: - ходьба; - бег; - дыхательные упражнения; - упражнения с мячом	Двигательная. Основные виды движений. Ходьба : обычная – на носках, руки на поясе – на пятках. Бег: обычный – с высоким подниманием колен, с захлестыванием голени назад. Бросание мяча вверх и ловля двумя руками. Бросание мяча друг другу и ловля его из положения, сидя на пятках. Игровая. «Передача мяча».	Самостоятельное выполнение основных движений. Осознанное выполнение дыхательных и двигательных упражнений. Участие в подвижной игре	- ребенок может осознанно выполнять двигательные и дыхательные упражнения; - проявляет стойкий интерес к новым и знакомым физическим упражнениям; - проявляет инициативу при выполнении упражнений.

4 неделя (три занятия, первое – на освоение, второе и третье - на закрепление, повторение)

Образовательная область. Цель. Задача.	Тема	Виды и формы совместной образовательной деятельности	Индивидуальные эталоны усвоения и самостоятельная деятельность	Целевые ориентиры (результат)
Физическое развитие. Цель: создание условий для развития физических качеств детей 6 – 7 лет в процессе игровой	Тема четвертой недели «Игровая деятельность. Подвижные игры».	Двигательная. <i>Подвижные игры:</i> «Пробеги - не задень». «По местам». «Мяч водящему». «Пожарные на учениях».	Участие в игровой деятельности.	- ребенок имеет социальный опыт участия в коллективных подвижных играх и эстафетах.

деятельности. Задача: развивать физические качества в процессе освоения основных программных навыков в процессе игровой деятельности.	Неделя подвижных игр.	«Ловишки с мячом». <i>Эстафеты:</i> Прыжковая эстафета со скамейкой. «Дни недели». «Мяч от пола». «Через тоннель». «Больная птица». «Палочка-выручалочка» (с расчетом по порядку).		
---	-----------------------	---	--	--

Март

Календарные сроки	Содержание деятельности
1 неделя - три занятия	Тема недели «Ходьба. Прыжки. Бросание мяча»
2 неделя - три занятия	Тема недели «Развиваем выносливость и силу»
3 неделя - три занятия	Тема недели «Метание. Лазание. Упражнения с обручем»
4 неделя - три занятия	Тема недели «Игровая деятельность. Подвижные игры»

Организация двигательного режима

Физкультурные занятия	3 раза в неделю
Спортивные прогулки с использованием подвижных игр	3 раза в неделю
Музыкально – ритмические движения	2 раза в неделю
Утренняя гимнастика	ежедневно
Оздоровительный бег	ежедневно

Обеспечение условий для эффективной физкультурно-оздоровительной работы

Соблюдение гибкого режима	ежедневно
Использование спортивной предметно – развивающей среды	ежедневно
Использование современного спортивного инвентаря и оборудования	ежедневно
Учет возрастных особенностей и физического состояния здоровья	ежедневно

1 неделя (три занятия, первое – на освоение, второе и третье - на закрепление, повторение)

Образовательная область. Цель. Задача.	Тема	Виды и формы совместной образовательной деятельности	Индивидуальные эталоны усвоения и самостоятельная деятельность	Целевые ориентиры (результат)
Физическое развитие. Цель: создание условий	Тема первой недели «Ходьба. Прыжки. Бросание мяча».	Коммуникативная. Беседа о правилах личной гигиены спортсмена. Двигательная. Приветствие.	Участие в беседе. Участие в ходьбе и беге. Выполнений движений по сигналу.	- ребенок участвует в беседе; - уверенно выполняет движения

для становления целенаправленности и саморегуляции в двигательной сфере в процессе занятий физической культурой. Задача: научить последовательным, целенаправленным действиям в двигательной сфере в процессе освоения элементарных программных элементов.	Краткое содержание: -коммуникативная деятельность; - двигательная деятельность; - игровая деятельность.	Ходьба с изменением направления; с ускорением и замедлением движений по сигналу; «кулитка» - ходьба в два круга во встречном направлении; бег со средней скоростью до 80 м; бег с перешагиванием через шнуры; ходьба враспынную, по сигналу построение в колонну по одному, перестроение под счет «раз-два». Общеразвивающие упражнения по выбору педагога. Основные движения. Ходьба по рейке гимнастической скамейки: приставляя пятки к носку другой ноги, руки за голову; с мешочком на голове, руки на поясе. Прыжки на двух ногах вдоль шнура, перепрыгивая его справа и слева; поочередно- на правой и левой ноге. Прыжки через скамейку с одной ноги на другую; на двух ногах. Бросание мяча вверх, ловля с произведением хлопка; с поворотом кругом. Игровая. «Мяч водящему», «Пожарные на учениях».	Самостоятельное выполнение общеразвивающих упражнений по указанию педагога. Самостоятельная ходьба по гимнастической скамейке: приставляя пятки к носку другой ноги, руки за голову. Самостоятельное выполнение прыжков через скамейку. Самостоятельное выполнение упражнений с мячом. Участие в подвижных играх.	по сигналу; - удерживает равновесие при ходьбе по гимнастической скамейке; - проявляет ловкость при выполнении упражнений с мячом; - проявляет инициативу в коллективных подвижных играх.
---	--	---	--	--

2 неделя (три занятия, первое – на освоение, второе и третье - на закрепление, повторение)

Образовательная область. Цель. Задача.	Тема	Виды и формы совместной образовательной деятельности	Индивидуальные эталоны усвоения и самостоятельная деятельность	Целевые ориентиры (результат)
Физическое развитие. Цель: создание условий для эффективных занятий на современном спортивном оборудовании. Задача: развивать силу и выносливость в процессе занятий	Тема второй недели «Развиваем выносливость и силу». Краткое содержание: - коммуникативная деятельность; - двигательная деятельность; - игровая деятельность.	Коммуникативная. Беседа о выносливых и сильных людях спорта. Двигательная. «Сила». Сжимание кистевых эспандеров. Упражнения с диском «Здоровье» (передвигаться по кругу, раскачиваться влево – вправо и т.д.). Упражнение на тренажере «Здоровье» (натягивание на себя ручки тренажера в положении сидя, стоя). Упражнения на тренажере «Беговая	Участие в беседе. Самостоятельное выполнение упражнений по сжиманию кистевого эспандера. Самостоятельное выполнение упражнений с диском «Здоровье». Выполнение упражнений на тренажере «Беговая дорожка». Медленный бег (2 отрезка по 250 метров).	- ребенок участвует в беседе; - самостоятельно выполняет двигательные упражнения на разных тренажерах; - проявляет волевые усилия при выполнении упражнений на выносливость.

на современном спортивном оборудовании		дорожка». «Выносливость». Медленный бег (2 отрезка по 250 метров) Подскоки на месте (50 секунд). Подскоки в движении (1 минута). Прыжки на месте (50 – 55 раз).	Подскоки на месте (50 секунд). Подскоки в движении (1 минута). Прыжки на месте (50 – 55 раз).	
--	--	---	---	--

3 неделя (три занятия, первое – на освоение, второе и третье - на закрепление, повторение)

Образовательная область. Цель. Задача.	Тема	Виды и формы совместной образовательной деятельности	Индивидуальные эталоны усвоения и самостоятельная деятельность	Целевые ориентиры (результат)
Физическое развитие. Цель: создание условий для развития физических качеств детей 6 – 7 лет. Задача: развивать физические качества в процессе освоения основных программных навыков.	Тема третьей недели «Метание. Лазание. Упражнения с обручем» Краткое содержание: - коммуникативная деятельность; - двигательная деятельность; - игровая деятельность.	Коммуникативная. Беседа о безопасном поведении во время выполнения двигательных упражнений и заданий. Двигательная. Общеразвивающие упражнения. Вращение обруча одной рукой вокруг вертикальной оси, на предплечье и кисти руки перед собой и сбоку. Поочередные поднятия ноги, согнутой в колене. Касание носком выпрямленной ноги (мах вперед) ладони вытянутой вперед руки (одноименной и разноименной). Основные движения по теме недели. Метание мячей в горизонтальную цель на очки (2 команды). Пролезание в обруч в парах. Прокатывание обручей друг другу. Вращение обруча на кисти руки. Вращение обруча на полу. Лазание по гимнастической стенке изученным способом. Игровая. «Жмурки», «Стоп».	Участие в беседе. Самостоятельное вращение обруча одной рукой вокруг вертикальной оси. Самостоятельное выполнение упражнений для ног. Самостоятельное метание мячей в горизонтальную цель. Пролезание в обруч в парах. Прокатывание обручей друг другу. Вращение обруча на кисти руки. Вращение обруча на полу. Лазание по гимнастической Стенке знакомым способом. Участие в подвижных играх.	- ребенок участвует в беседе; - проявляет волевые усилия при выполнении двигательных упражнений; - у ребенка развита крупная и мелкая моторика.

4 неделя (три занятия, первое – на освоение, второе и третье - на закрепление, повторение)

Образовательная область. Цель. Задача.	Тема	Виды и формы совместной образовательной деятельности	Индивидуальные эталоны усвоения и самостоятельная деятельность	Целевые ориентиры (результат)
Физическое развитие. Цель: создание условий для развития физических качеств детей 6 – 7 лет в процессе игровой деятельности. Задача: развивать физические качества в процессе освоения основных программных навыков в процессе игровой деятельности.	Тема четвертой недели «Игровая деятельность. Подвижные игры». Неделя подвижных игр.	Двигательная. <i>Подвижные игры:</i> «Пробеги - не задень». «Мяч водящему». «Ловишки с мячом». <i>Эстафеты:</i> Прыжковая эстафета со скамейкой. «Мяч от пола». «Через тоннель». «Палочка-выручалочка» (с расчетом по порядку).	Участие в игровой деятельности.	- ребенок имеет социальный опыт участия в коллективных подвижных играх и эстафетах.

Апрель

Календарные сроки	Содержание деятельности
1 неделя - три занятия	Тема недели « Можем! Умеем!» Ходьба. Равновесие. Прыжки. Метание. Упражнения с мячом.
2 неделя - три занятия	Тема недели «Бег. Прыжки. Игры и упражнения с мячом»
3 неделя - три занятия	Тема недели « Баскетбол»
4 неделя - три занятия	Тема недели: « Наши любимые игры»

Организация двигательного режима

Физкультурные занятия	3 раза в неделю
Спортивные прогулки с использованием подвижных игр	3 раза в неделю
Музыкально – ритмические движения	2 раза в неделю
Утренняя гимнастика	ежедневно
Оздоровительный бег	ежедневно

Обеспечение условий для эффективной физкультурно-оздоровительной работы

Соблюдение гибкого режима	ежедневно
Использование спортивной предметно – развивающей среды	ежедневно
Использование современного спортивного инвентаря и оборудования	ежедневно

Учет возрастных особенностей и физического состояния здоровья	ежедневно
---	-----------

1 неделя (три занятия, первое – на освоение, второе и третье - на закрепление, повторение)

Образовательная область. Цель. Задача.	Тема	Виды и формы совместной образовательной деятельности	Индивидуальные эталоны усвоения и самостоятельная деятельность	Целевые ориентиры (результат)
Физическое развитие. Цель:создание условий для формирования готовности к совместной двигательной деятельности со сверстниками и взрослыми. Задача: формировать готовность к совместной двигательной деятельности со сверстниками и взрослыми в процессе занятий физической культурой.	Тема первой недели: « Можем! Умеем!» Ходьба. Равновесие. Прыжки. Метание. Упражнения с мячом» Краткое содержание: - двигательная деятельность; - игровая деятельность.	Двигательная. Повторить разные виды ходьбы и бега; ходьбу и бег с перешагиванием через предметы; строевые упражнения. Общеразвивающие упражнения. Разведение и сведение пальцев, поочередное соединение всех пальцев с большим. Из упора присев переходить в упор на одной ноге, отводя другую ногу назад (носок опирается о пол). Одновременное поднятие ног из положения лежа на спине, стараясь коснуться лежащего за головой предмета. Сохранение равновесия в положении стоя, закрыв глаза. Основные движения Ходьба по гимнастической скамейке с мячом в руках; на каждый шаг - передача мяча перед собой и за спину. Ходьба по гимнастической скамейке с выполнением хлопка под коленом на каждый шаг. Прыжки в длину с разбега. Прыжки через скамейку с одной ноги на другую; на двух ногах. Метание набивного мяча. Ведение мяча правой и левой руками и забрасывание его в корзину. Ведение мяча между предметами. Игровая.	Участие в разных видах ходьбы и бега. Выполнение общеразвивающих упражнений для рук и ног. Самостоятельное выполнение движений на равновесие. Самостоятельное выполнение ходьбы по гимнастической скамейке с мячом в руках. Самостоятельное выполнение ходьбы по гимнастической скамейке с выполнением хлопка под коленом на каждый шаг. Самостоятельное выполнение прыжков с разбега. Прыжки через скамейку с одной ноги на другую; на двух ногах. Метание набивного мяча. Самостоятельное ведение мяча правой и левой руками и забрасывание его в корзину. Ведение мяча между предметами. Участие в подвижной	- ребенок уверенно выполняет упражнения для рук и ног; - удерживает равновесие при ходьбе по гимнастической скамейке; - проявляет волевые усилия в прыжках и метании; - проявляет внимание и ловкость при выполнении упражнений с мячом.

		«Охотники и утки».	игре.	
--	--	--------------------	-------	--

2 неделя (три занятия, первое – на освоение, второе и третье - на закрепление, повторение)

Образовательная область. Цель. Задача.	Тема	Виды и формы совместной образовательной деятельности	Индивидуальные эталоны усвоения и самостоятельная деятельность	Целевые ориентиры (результат)
Физическое развитие. Цель: создание условий для развития детских интересов, любознательности и познавательной мотивации в процессе занятий физической культурой. Задача: развивать детские интересы, любознательность в процессе занятий физической культурой	Тема второй недели «Бег. Прыжки. Игры и упражнения с мячом» Краткое содержание: - коммуникативная деятельность; - двигательная деятельность; - игровая деятельность.	Коммуникативная. Беседа о правилах поведения при выполнении двигательных заданий. Двигательная. Общеразвивающие упражнения по выбору педагога. Основные движения. Бег на скорость (30 м). Бег со средней скоростью на расстояние 100 м. Прыжки в длину с разбега. Прыжки через скакалку. Перебрасывание мяча в шеренгах двумя руками из-за головы (расстояние 4 м); двумя руками от груди (расстояние 4 м). Ведение мяча рукой. Ведение мяча и забрасывание его в корзину. Игровая. Подвижная игра «Передача мяча в колонне».	Участие в беседе. Самостоятельное выполнение общеразвивающих упражнений. Самостоятельное выполнение основных движений: бег на скорость (30 м), бег со средней скоростью на расстояние 100 м. Прыжки в длину с разбега. Прыжки через скакалку. Перебрасывание мяча в шеренгах двумя руками из-за головы (расстояние -4 м); двумя руками от груди (расстояние - 4 м). Ведение мяча рукой. Ведение мяча и забрасывание его в корзину. Участие в подвижной игре.	- ребенок может поддерживать беседу; - проявляет волевые усилия в беге на скорость; - выполняет нормативы по прыжкам в длину с разбега; - проявляет ловкость при выполнении упражнений с мячом.

3 неделя (три занятия, первое – на освоение, второе и третье - на закрепление, повторение)

Образовательная область. Цель. Задача.	Тема	Виды и формы совместной образовательной деятельности	Индивидуальные эталоны усвоения и самостоятельная деятельность	Целевые ориентиры (результат)
Физическое развитие. Цель: создание	Тема третьей недели «Баскетбол». Краткое содержание:	Коммуникативная. Беседа. «Баскетбол. Правила игры» Двигательная.	Участие в беседе. Освоение правил игры в баскетбол.	- ребенок знает правила игры в баскетбол; - проявляет терпение,

условий для развития спортивного интереса к играм с мячом. Задача: развивать детские интересы в процессе знакомства со спортивными играми.	- коммуникативная деятельность; - двигательная деятельность; - игровая деятельность.	Общеразвивающие упражнения по выбору педагога. Основные движения. Передача мяча друг другу. Перебрасывание мяча друг другу. Ловля мяча. Броски мяча в корзину двумя руками из – за головы. Ведение мяча одной рукой.	Передача мяча друг другу. Перебрасывание мяча друг другу. Ловля мяча. Броски мяча в корзину двумя руками из – за головы. Ведение мяча одной рукой.	выносливость, ловкость при освоении основных игровых движений.
--	--	--	--	--

4 неделя (три занятия, первое – на освоение, второе и третье - на закрепление, повторение)

Образовательная область. Цель. Задача.	Тема	Виды и формы совместной образовательной деятельности	Индивидуальные эталоны усвоения и самостоятельная деятельность	Целевые ориентиры (результат)
Физическое развитие. Цель: создание условий для проведения детских спортивных игр и эстафеты. Задача: закрепить основные двигательные умения и навыки в процессе проведения спортивных игр и эстафеты.	Тема четвертой недели «Наши любимые игры». Краткое содержание: - коммуникативная деятельность; - двигательная деятельность; - игровая деятельность.	Коммуникативная. Беседа. «Любимые подвижные игры» Двигательная. Повторить разные виды ходьбы и бега; ходьбу и бег с перешагиванием через предметы; строевые упражнения. «Наши любимые игры» Игровая. Прыжки разными способами через скакалку. «Кто выше прыгнет?» (в высоту). «Мяч водящему». Эстафеты: «Кто быстрее?» (бег). Детский волейбол (через сетку двумя руками). «Ловкие футболисты». Комбинированная эстафета: ползание по скамейке с подтягиванием руками; прыжки через скакалку; ползание под дугой; перепрыгивание через рейку. «Кто дальше прыгнет?»	Участие в беседе. Участие в игровой двигательной деятельности.	- ребенок с интересом участвует в коллективных подвижных играх и эстафетах; - умеет подчиняться правилам и социальным нормам.

Май

Календарные сроки	Содержание деятельности
1 неделя - три занятия	Тема недели «Ходьба. Бег»
2 неделя - три занятия	Тема недели «Прыжки»
3 неделя - три занятия	Тема недели «Ползание. Лазание. Метание» Итоговый мониторинг
4 неделя - три занятия	Тема недели «Взаимодействие и сотрудничество в игровой двигательной деятельности» «Подвижные игры» Итоговый мониторинг

Организация двигательного режима

Физкультурные занятия	3 раза в неделю
Спортивные прогулки с использованием подвижных игр	3 раза в неделю
Музыкально – ритмические движения	2 раза в неделю
Утренняя гимнастика	ежедневно
Оздоровительный бег	ежедневно

Обеспечение условий для эффективной физкультурно-оздоровительной работы

Соблюдение гибкого режима	ежедневно
Использование спортивной предметно – развивающей среды	ежедневно
Использование современного спортивного инвентаря и оборудования	ежедневно
Учет возрастных особенностей и физического состояния здоровья	ежедневно

1 неделя (три занятия, первое – на повторение основных мониторинговых заданий, второе и третье - на результат развития)

Образовательная область. Цель. Задача.	Тема	Виды и формы совместной образовательной деятельности	Индивидуальные эталоны усвоения и самостоятельная деятельность	Целевые ориентиры (результат)
Физическое развитие Цель: создание условий для приобретения опыта в двигательной деятельности, направленных на развитие двигательных качеств с учетом требований итогового мониторинга. Задача: закрепить навыки по накоплению опыта в	Тема первой недели «Ходьба. Бег» Мониторинговые задания Краткое содержание: - выполнение мониторинговых заданий, выполнение программных требований по теме «Ходьба»; - выполнение мониторинговых заданий, выполнение	Двигательная. Мониторинговые задания. Ходьба в разных построениях(в колонне по одному, парами, тройками, в круге, в шеренге). Ходьба обычным, гимнастическим, скрестными шагами. Ходьба с выпадами. Ходьба по гимнастической скамейке. Ходьба по гимнастической скамейке с мячом в руках; на каждый шаг-передача мяча перед собой и за спину. Ходьба по гимнастической скамейке с выполнением хлопка под коленом на каждый шаг.	Выполнение заданий педагога. Участие в подвижной игре.	- ребенок свободно ориентируется и выполняет разные виды ходьбы: в колонне по одному, парами, тройками, в круге, в шеренге, по гимнастической скамейке; - освоил элементарные виды бега: легко, медленно, быстро (стремительно), через препятствия, спиной вперед, с сохранением направления и равновесия;

двигательной деятельности, направленных на развитие двигательных качеств в процессе выполнения заданий с учетом требований итогового мониторинга.	программных требований по теме «Бег»; - игровая деятельность; - трудовая деятельность.	Бег. Бегать легко, медленно, быстро (стремительно), через препятствия, спиной вперед, с сохранением направления и равновесия. Бег с предметами. Со скакалкой, с мячом. Бегать из разных стартовых позиций. Бег на скорость (30 м). Бег со средней скоростью на расстояние 100 м. Игровая. «Пробеги - не сбей». Трудовая. Уборка инвентаря.		- умеет бегать из разных стартовых позиций; - слышит и выполняет указания педагога.
---	--	--	--	--

2 неделя (три занятия, первое – на повторение основных мониторинговых заданий, второе и третье - на результат развития)

Образовательная область. Цель. Задача.	Тема	Виды и формы совместной образовательной деятельности	Индивидуальные эталоны усвоения и самостоятельная деятельность	Целевые ориентиры (результат)
Физическое развитие Цель: создание условий для приобретения опыта в двигательной деятельности, направленных на развитие двигательных качеств с учетом требований итогового мониторинга. Задача: закрепить навыки по накоплению опыта в двигательной деятельности, направленных на развитие двигательных качеств в процессе выполнения заданий с учетом требований итогового мониторинга.	Тема второй недели «Прыжки» Мониторинговые задания. Краткое содержание: - выполнение мониторинговых заданий, выполнение программных требований по теме «Прыжки»; - игровая деятельность; - трудовая деятельность.	Двигательная. Мониторинговые задания. Прыжки на двух ногах на месте. Прыжки с поворотом кругом Прыжки боком с зажатым между ног мячом. Прыжки с продвижением вперед на 5 - 6 метров. Прыжки в длину с места (85-95 сантиметров). Прыжки в длину с разбега (160 сантиметров). Прыжки в высоту с разбега (45-50 сантиметров). Прыжки через короткую и длинную скакалку. Прыжки через обруч. Игровая. «Прыгни - присядь», «Стоп». Трудовая. Уборка инвентаря.	Выполнение заданий педагога. Участие в подвижной игре. Уборка инвентаря.	- ребенок выполняет разные виды прыжков: прыжки на двух ногах на месте, прыжки с поворотом кругом, прыжки боком с зажатым между ног мячом, прыжки с продвижением вперед на 5 – 6 метров, прыжки в длину с места (85– 95 сантиметров). Прыжки в длину с разбега (160сантиметров), прыжки в высоту с разбега (45 – 50 сантиметров), прыжки через короткую и длинную скакалку, прыжки через обруч; - ребенок проявляет двигательную активность при выполнении прыжков; - доброжелательно относится к сверстникам и взрослым; - выполняет указания педагога (инструктора).

3 неделя (три занятия, первое – на повторение основных мониторинговых заданий, второе и третье - на результат развития)

Образовательная область. Цель. Задача.	Тема	Виды и формы совместной образовательной деятельности	Индивидуальные эталоны усвоения и самостоятельная деятельность	Целевые ориентиры (результат)
Физическое развитие. Цель: создание условий для приобретения опыта в двигательной деятельности, направленных на развитие двигательных качеств с учетом требований итогового мониторинга. Задача: закрепить навыки по накоплению опыта в двигательной деятельности, направленных на развитие двигательных качеств в процессе выполнения заданий с учетом требований итогового мониторинга.	Тема третьей недели «Ползание. Лазание. Метание» Мониторинговые задания. Краткое содержание: - выполнение мониторинговых заданий, выполнение программных требований по теме «Ползание. Лазание. Метание»; - игровая деятельность; - трудовая деятельность.	Двигательная. Мониторинговые задания «Ползание. Лазание». Ползание на четвереньках по гимнастической скамейке. Ползание на животе, спине, подтягивание руками. Лазание по веревочной лестнице. Переход с пролета на пролет гимнастической стенки по диагонали. Влезать на канат на доступную высоту. «Метание, ловля, бросание» Перебрасывать мяч друг другу из-за головы. Бросание мяча вверх, о землю. Перебрасывать мяч через сетку. Метание в горизонтальную и вертикальную цели. Метание вдаль на 8 - 10 метров. Трудовая. Уборка инвентаря.	Выполнение заданий педагога. Уборка инвентаря.	- ребенок выполняет разные виды ползания и лазания: на четвереньках по гимнастической скамейке, ползание на животе, спине, подтягивание руками, лазание по веревочной лестнице, переход с пролета на пролет гимнастической стенки по диагонали; - успешно справляется с заданиями по ловле и бросанию мяча, метанием в горизонтальную и вертикальную цели. - доброжелательно относится к сверстникам и взрослым; - выполняет указания педагога (инструктора). - может адекватно оценить свои успехи и успехи своих товарищей.

4 неделя (три занятия, первое – на повторение основных мониторинговых заданий, второе и третье - на результат развития)

Образовательная область. Цель. Задача.	Тема	Виды и формы совместной образовательной деятельности	Индивидуальные эталоны усвоения и самостоятельная деятельность	Целевые ориентиры (результат)
Физическое развитие. Цель: создание условий для приобретения опыта в двигательной	Тема третьей недели «Взаимодействие и сотрудничество в игровой двигательной	Коммуникативная. Беседа о помощи и взаимодействии в игре» Двигательная. Мониторинговые задания по теме	Участие в беседе. Выполнение вместе с педагогом (инструктором) игровых упражнений. Участие в эстафетах.	- ребенок проявляет активный интерес к совместным игровым действиям; - ребенок

деятельности, направленных на развитие двигательных качеств с учетом требований итогового мониторинга. Задача: закрепить навыки по накоплению опыта в двигательной деятельности, направленных на развитие двигательных качеств в процессе выполнения заданий с учетом требований итогового мониторинга.	деятельности». Краткое содержание: Итоговый мониторинг по теме «Игровое сотрудничество педагога и ребенка в игре»	«Игровое сотрудничество педагога и ребенка в игре». Совместные игровые упражнения «Кто выше прыгнет?» (в высоту). «Мяч водящему». Эстафеты: «Кто быстрее?» (бег). Детский баскетбол. Комбинированная эстафета: ползание по скамейке с подтягиванием руками; прыжки через скакалку; ползание под дугой. Трудовая. Уборка инвентаря.	Уборка инвентаря.	доброжелательно относится к сверстникам и взрослым; - выполняет указания педагога (инструктора).
--	---	--	--------------------------	---

Итоговый мониторинг (модель) освоения детьми образовательной области «Физическое развитие»
Оценка освоения основных движений детьми дошкольного возраста (оценка двигательного опыта детей в баллах)

Показатели	Оценка
1. Все элементы упражнения выполняются в полном соответствии с заданием и схемой движения	Пять баллов (отлично)
2. При выполнении простых программных движений (теста) допущена одна ошибка, существенно не изменяющая характер движения и результат.	Четыре балла (хорошо)
3. Простые программные движения выполняются с большим трудом, имеются значительные ошибки, отступления от задания.	Три балла (удовлетворительно)
4. Упражнения практически не выполняются, однако, ребенок делает попытки к его выполнению.	Два балла (неудовлетворительно)
5. Ребенок не предпринимает попыток к выполнению двигательных заданий, физически не в состоянии выполнить его.	Ноль баллов (плохо)

Качественные показатели освоения элементов техники основных движений детей 6 - 7 лет

Основные движения	Показатель
Ходьба и бег	Ходьба в разных построениях(в колонне по одному, парами, тройками, в круге, в шеренге). Ходьба обычным, гимнастическим, с крестными шагами. Ходьба с выпадами. Ходьба по гимнастической скамейке. Бег.

	Бегать легко, медленно, быстро (стремительно), через препятствия, спиной вперед, с сохранением направления и равновесия. Бег с предметами. Со скакалкой, с мячом. Бегать из разных стартовых позиций. Бег – 30метров (7,5 секунд).
Прыжки	Прыжки на двух ногах на месте. Прыжки с поворотом кругом Прыжки боком с зажатым между ног мячом. Прыжки с продвижением вперед на 4 – 5 метров. Прыжки в длину с места (85– 95 сантиметров). Прыжки в длину с разбега (160 сантиметров).Прыжки в высоту с разбега (45 сантиметров). Прыжки через короткую и длинную скакалку. Прыжки через обруч.
Ползание, лазание, метание, ловля, бросание.	«Ползание. Лазание» Ползание на четвереньках по гимнастической скамейке. Ползание на животе, спине, Подтягивание руками. Лазание по веревочной лестнице. Переход с пролета на пролет гимнастической стенки по диагонали. «Метание, ловля, бросание» Перебрасывать мяч друг другу из – за головы. Бросание мяча вверх, о землю. Перебрасывать мяч через сетку. Метание в горизонтальную и вертикальную цели. Метание вдаль на 8 - 10 метров.
«Взаимодействие и сотрудничество в игровой двигательной деятельности»	«Взаимодействие и сотрудничество в игровой двигательной деятельности» Результат взаимодействия: развитие детской любознательности, инициативы, познавательной активности, потребность в двигательной деятельности и физическом совершенствовании.

Возрастно – половые показатели развития двигательных качеств у детей 6 - 7 лет

Пол	Бег на 10 м, с	Бег на 30 м, с	Бег на расстояние, с*	Метание набивного мяча, см	Метание мешочка с песком вдаль, м		Прыжок в длину с места, см	Прыжок в высоту с места, см	Статическое равновесие, с	Сила кисти рук, кг		Становая сила, кг
					Правая рука	Левая рука				Правая рука	Левая рука	
Мальчики	2,2- 2,0	7,8–7,0	-	450 - 570	6,7 – 7,5	5,8 – 6,0	116 - 123	22 - 26	40 - 60	11	10,5	20 - 25
Девочки	2,4- 2,2	7,8-7,5	-	340 - 520	4,0 – 4,6	4,0 – 4,4	111 - 123	21 - 24	40 - 60	10	9	19 - 21

*Расстояние и время пробега на дистанции на выносливость колеблется у детей в больших пределах, поэтому в таблице не приводится.

Стандартное оборудование для занятий по физической культуре для детей 6 - 7 лет

Тип оборудования	Наименование	Размеры, масса	Кол-во на группу
Для ходьбы, бега, равновесия	Балансир-волчок		1
	Коврик массажный		10
	Шнур короткий (плетеный)	Длина 75 см	5
Для прыжков	Обруч малый	Диаметр 55-65 см	5
	Скакалка короткая	Длина 100-120 см	5
Для катания, бросания, ловли	Кегли (набор)		3
	Кольцеброс (набор)		2
	Мешочек малый с грузом	Масса 150-200 г	5
	Мяч большой	Диаметр 18-20 см	5
	Мешочек с грузом большой	Масса 400 г	2
	Мяч для мини-баскетбола	Масса 0,5 кг	2
	Мяч утяжеленный (набивной)	Масса 350 г, 500 г, 1 кг	1
	Мяч-массажер		2
	Обруч большой	Диаметр 100 см	2
	Серсо (набор)		2

Для ползания и лазанья	Комплект мягких модулей (6-8 сегментов)		1
Для общеразвивающих упражнений	Гантели детские		10
	Кольцо малое	Диаметр 13 см	10
	Лента короткая	Длина 50-60 см	10
	Мяч средний	Диаметр 10-12 см	10
	Палка гимнастическая короткая	Длина 80 см	10

Примерное планирование образовательной деятельности по физическому развитию детей 6 -7 лет.

Сентябрь

Календарные сроки	Содержание деятельности
1 неделя - три занятия	Тема недели «Ходьба. Бег».
2 неделя - три занятия	Тема недели «Прыжки».
3 неделя - три занятия	Тема недели «Ползание. Лазание. Метание».
4 неделя - три занятия	Тема недели «Взаимодействие и сотрудничество в игровой двигательной деятельности», «Подвижные игры».

Организация двигательного режима

Физкультурные занятия	3 раза в неделю
Спортивные прогулки с использованием подвижных игр	3 раза в неделю
Музыкально – ритмические движения	2 раза в неделю
Утренняя гимнастика	ежедневно
Оздоровительный бег	ежедневно

Обеспечение условий для эффективной физкультурно-оздоровительной работы

Соблюдение гибкого режима	ежедневно
Использование спортивной предметно – развивающей среды	ежедневно
Использование современного спортивного инвентаря и оборудования	ежедневно

Учет возрастных особенностей и физического состояния здоровья	ежедневно
---	-----------

1 неделя (три занятия, первое – на повторение основных мониторинговых заданий, второе и третье - на результат развития)

Образовательная область. Цель. Задача.	Тема	Виды и формы совместной образовательной деятельности	Индивидуальные эталоны усвоения и самостоятельная деятельность	Целевые ориентиры (результат)
Физическое развитие Цель: создание условий для приобретения опыта в двигательной деятельности, направленных на развитие двигательных качеств с учетом требований мониторинга. Задача: закрепить навыки по накоплению опыта в двигательной деятельности, направленных на развитие двигательных качеств в процессе выполнения заданий с учетом требований мониторинга.	Тема первой недели «Ходьба. Бег» Мониторинговые задания Краткое содержание: - выполнение мониторинговых заданий, выполнение программных требований по теме «Ходьба»; - выполнение мониторинговых заданий, выполнение программных требований по теме «Бег»; - игровая деятельность; - трудовая деятельность.	Двигательная. Мониторинговые задания. Ходьба в разных построениях(в колонне по одному, парами, тройками, в круге, в шеренге). Ходьба обычным, гимнастическим, скрестными шагами. Ходьба с выпадами. Ходьба по гимнастической скамейке. Бег. Бегать легко, медленно, быстро (стремительно), через препятствия, спиной вперед, с сохранением направления и равновесия. Бег с предметами. Со скакалкой, с мячом. Бегать из разных стартовых позиций. Игровая. «Ловля обезьян», эстафета «Передал - садись». Трудовая. Уборка инвентаря.	Выполнение заданий педагога. Участие в подвижной игре и коллективной эстафете.	- ребенок свободно ориентируется и выполняет разные виды ходьбы: в колонне по одному, парами, тройками, в круге, в шеренге, по гимнастической скамейке; - освоил элементарные виды бега: легко, медленно, быстро (стремительно), через препятствия, спиной вперед, с сохранением направления и равновесия; - умеет бегать из разных стартовых позиций.

2 неделя (три занятия, первое – на повторение основных мониторинговых заданий, второе и третье - на результат развития)

Образовательная область. Цель.	Тема	Виды и формы совместной образовательной деятельности	Индивидуальные эталоны усвоения и	Целевые ориентиры (результат)
--------------------------------	------	--	-----------------------------------	-------------------------------

Задача.			самостоятельная деятельность	
Физическое развитие. Цель: создание условий для приобретения опыта в двигательной деятельности, направленных на развитие двигательных качеств с учетом требований мониторинга. Задача: закрепить навыки по накоплению опыта в двигательной деятельности, направленных на развитие двигательных качеств в процессе выполнения заданий с учетом требований мониторинга.	Тема второй недели «Прыжки». Мониторинговые задания Краткое содержание: - выполнение мониторинговых заданий, выполнение программных требований по теме «Прыжки»; - игровая деятельность; - трудовая деятельность.	Двигательная. Мониторинговые задания. Прыжки на двух ногах на месте. Прыжки с поворотом кругом Прыжки боком с зажатым между ног мячом. Прыжки с продвижением вперед на 4 – 5 метров. Прыжки в длину с места (80 – 90 сантиметров).Прыжки в длину с разбега (150 сантиметров). Прыжки в высоту с разбега (40 – 45 сантиметров). Прыжки через короткую и длинную скакалку. Прыжки через обруч. Игровая. «Прыгни - присядь», «Стоп». Трудовая. Уборка инвентаря.	Выполнение заданий педагога. Участие в подвижной игре. Уборка инвентаря.	- ребенок выполняет разные виды прыжков: прыжки на двух ногах на месте, прыжки с поворотом кругом, прыжки боком с зажатым между ног мячом, прыжки с продвижением вперед на 4 – 5 метров, прыжки в длину с места (80 – 90 сантиметров).Прыжки в длину с разбега (150 сантиметров),прыжки в высоту с разбега (40 – 45 сантиметров), прыжки через короткую и длинную скакалку, прыжки через обруч; - ребенок проявляет двигательную активность при выполнении прыжков; - доброжелательно относится к сверстникам и взрослым; - выполняет указания педагога (инструктора).

3 неделя (три занятия, первое - на повторение основных мониторинговых заданий, второе и третье - на результат развития)

Образовательная область. Цель. Задача.	Тема	Виды и формы совместной образовательной деятельности	Индивидуальные эталоны усвоения и самостоятельная деятельность	Целевые ориентиры (результат)
Физическое	Тема третьей недели	Двигательная.	Выполнение	- ребенок выполняет

развитие. Цель: создание условий для приобретения опыта в двигательной деятельности, направленных на развитие двигательных качеств с учетом требований мониторинга. Задача: закрепить навыки по накоплению опыта в двигательной деятельности, направленных на развитие двигательных качеств в процессе выполнения заданий с учетом требований мониторинга.	«Ползание. Лазание. Метание». Мониторинговые задания. Краткое содержание: - выполнение мониторинговых заданий, выполнение программных требований по теме «Ползание. Лазание. Метание»; - игровая деятельность; - трудовая деятельность.	Мониторинговые задания «Ползание. Лазание» Ползание на четвереньках по гимнастической скамейке. Ползание на животе, спине, подтягивание руками. Лазание по веревочной лестнице. Переход с пролета на пролет гимнастической стенки по диагонали. «Метание, ловля, бросание». Перебрасывать мяч друг другу из - за головы. Бросание мяча вверх, о землю. Перебрасывать мяч через сетку. Метание в горизонтальную и вертикальную цели. Метание вдаль на 6 - 8 метров. Трудовая. Уборка инвентаря.	заданий педагога. Уборка инвентаря.	разные виды ползания и лазания: на четвереньках по гимнастической скамейке, ползание на животе, спине, подтягивание руками, лазание по веревочной лестнице, переход с пролета на пролет гимнастической стенки по диагонали; -успешно справляется с заданиями по ловле и бросанию мяча, метанием в горизонтальную и вертикальную цели. - доброжелательно относится к сверстникам и взрослым; - выполняет указания педагога (инструктора).
---	---	--	--	---

4 неделя (три занятия, первое – на повторение основных мониторинговых заданий, второе и третье - на результат развития)

Образовательная область. Цель. Задача.	Тема	Виды и формы совместной образовательной деятельности	Индивидуальные эталоны усвоения и самостоятельная деятельность	Целевые ориентиры результат)
Физическое развитие. Цель: создание условий для	Тема третьей недели «Взаимодействие и сотрудничество в игровой двигательной	Коммуникативная. Беседа о помощи и взаимодействии в игре» Двигательная.	Участие в беседе. Выполнение вместе с педагогом (инструктором)	- ребенок проявляет активный интерес к совместным игровым действиям;

приобретения опыта в двигательной деятельности, направленных на развитие двигательных качеств с учетом требований мониторинга. Задача: закрепить навыки по накоплению опыта в двигательной деятельности, направленных на развитие двигательных качеств в процессе выполнения заданий с учетом требований мониторинга.	деятельности». Краткое содержание: Мониторинговые задания по теме «Игровое сотрудничество педагога и ребенка в игре».	Мониторинговые задания по теме «Игровое сотрудничество педагога и ребенка в игре». Совместные игровые упражнения. «Ловкая пара». «Снайперы». «Затейники». Эстафеты: «Коршун и наседки». «Загони льдинку». «Догони мяч». «Паутинки» (обручи, ленты). Трудовая. Уборка инвентаря.	игровых упражнений. Участие в эстафетах. Уборка инвентаря.	- ребенок доброжелательно относится к сверстникам и взрослым; - выполняет указания педагога (инструктора).
--	--	---	--	---

Октябрь

Календарные сроки	Содержание деятельности
1 неделя (три занятия)	Тема недели: «Ходьба и равновесие. Прыжки. Бросание мяча»
2 неделя (три занятия)	Тема недели: «Прыжки. Мяч и обруч»
3 неделя (три занятия)	Тема недели: «Ведение мяча. Ползание. Ходьба по рейке гимнастической скамейки. Прыжки»
4 неделя (три занятия)	Тема недели: «Неделя подвижных игр»

Организация двигательного режима

Физкультурные занятия	3 раза в неделю
Спортивные прогулки с использованием подвижных игр	3 раза в неделю
Музыкально – ритмические движения	2 раза в неделю
Утренняя гимнастика	ежедневно

Оздоровительный бег	ежедневно
---------------------	-----------

Обеспечение условий для эффективной физкультурно-оздоровительной работы

Соблюдение гибкого режима	ежедневно
Использование спортивной предметно – развивающей среды	ежедневно
Использование современного спортивного инвентаря и оборудования	ежедневно
Учет возрастных особенностей и физического состояния здоровья	ежедневно

1 неделя (три занятия, первое – на освоение, второе и третье - на закрепление, повторение)

Образовательная область. Цель. Задача.	Тема	Виды и формы совместной образовательной деятельности	Индивидуальные эталоны усвоения и самостоятельная деятельность	Целевые ориентиры (результат)
1	2	3	4	5
Физическое развитие. Цель: создание условий для развития двигательной активности и выполнения программных задач по физическому развитию детей. Задача: развивать двигательную активность в процессе выполнения упражнений, заданий и	Тема первой недели «Ходьба и равновесие. Прыжки. Бросание мяча» Краткое содержание: - коммуникативная деятельность; - двигательная деятельность; - игровая деятельность; - трудовая деятельность.	Коммуникативная. Беседа о безопасном поведении при выполнении игровых заданий. Двигательная. Ходьба и бег в колонне по одному, «змейкой», с перешагиванием через предметы, высоко поднимая колени, со сменой темпа на сигнал; ходьба и бег между линиями. Бег в среднем темпе до 1,5 минут. Общеразвивающие упражнения. Поднятия рук вверх из положения руки к плечам. Повороты туловища в стороны, поднимая руки вверх - в стороны из положения руки к плечам (руки из-за головы): наклоны вперед, подняв руки вверх, держа руки в стороны. Поочередное пружинистое сгибание ног (стоя, ноги врозь). Сохранение равновесия, стоя на кубе на носках.	Участие в беседе. Самостоятельное выполнение двигательных заданий: ходьбы и бега в колонне по одному, «змейкой», с перешагиванием через предметы, высоко поднимая колени, со сменой темпа на сигнал; ходьбе и беге между линиями. Бег в среднем темпе до 1,5 минут. Самостоятельное выполнение общеразвивающих упражнений: поднятия рук вверх из положения руки к плечам. Повороты туловища в стороны, поднимая руки вверх - в стороны из положения руки к плечам	- ребенок поддерживает беседу, может высказать свое суждение; - старается точно выполнять двигательные задания; - способен проявлять волевые усилия при выполнении бега (на время); - у ребенка развита крупная и мелкая моторика; - проявляет активность в выполнении упражнений для рук и плечевого пояса; - проявляет ловкость в прыжках через предметы; - отбивает, передает,

подвижных игр.			(руки из-за головы): наклоны	подбрасывает мяч разными способами;
		Основные движения. Ходьба по гимнастической скамейке на носках, руки за голову, на середине - присесть, встать и пройти дальше, боком. Ходьба по гимнастической скамейке на носках, руки за голову, на середине - присесть, встать и пройти дальше, боком, приставным шагом с мешочком на голове. Прыжки через шнур и вдоль на двух ногах, на правой (левой) ноге. Бросание малого мяча вверх, ловля двумя руками, перебрасывание друг другу. Игровая. «Стоп», «Вершки и корешки». Трудовая. Уборка инвентаря.	вперед, подняв руки вверх, держа руки в стороны. Поочередное пружинистое сгибание ног (стоя, ноги врозь). Сохранение равновесия, стоя на кубе на носках. Самостоятельное выполнение ходьбы по гимнастической скамейке на носках. Прыжки через шнур и вдоль на двух ногах, на правой (левой) ноге. Бросание малого мяча вверх, ловля двумя руками, перебрасывание друг другу. Участие в подвижных играх. Участие в трудовой деятельности.	- проявляет элементы творчества в подвижных играх; - охотно занимается трудовой деятельностью (уборкой инвентаря).

2 неделя(три занятия: первое – на освоение, второе и третье - на закрепление, повторение)

Образовательная область. Цель. Задача.	Тема	Виды и формы совместной образовательной деятельности	Индивидуальные эталоны усвоения и самостоятельная деятельность	Целевые ориентиры (результат)
Физическое развитие Цель: создание условий для развития двигательных	Тема второй недели: «Прыжки. Мяч и обруч». Краткое содержание: - коммуникативная деятельность;	Коммуникативная. Беседа о прыжках и играх с мячом. Двигательная. Общеразвивающие упражнения по выбору педагога. Основные движения по теме недели.	Участие в беседе. Самостоятельное выполнение двигательных заданий. Самостоятельное выполнение прыжков с	- ребенок поддерживает беседу, может высказать свое суждение; - старается точно выполнять двигательные задания;

навыков. Задача: развивать двигательную активность в процессе выполнения упражнений, заданий и подвижных игр, прыжков, упражнений с мячом и обручем.	- двигательная деятельность; - игровая деятельность; - трудовая деятельность.	Прыжки с высоты (40 см). Отбивание мяча одной рукой на месте. Ведение мяча, забрасывание его в корзину двумя руками. Пролезание через три обруча, в обруч прямо и боком. Игровая. «Мышеловка», «Эхо». Трудовая. Уборка инвентаря.	высоты (40 см). Отбивание мяча одной рукой на месте. Ведение мяча, забрасывание его в корзину двумя руками. Пролезание через три обруча, в обруч прямо и боком. Участие в подвижных играх. Участие в трудовой деятельности.	- у ребенка развита крупная и мелкая моторика; - проявляет ловкость в прыжках с высоты; - отбивает, передает, подбрасывает мяч разными способами; - проявляет элементы творчества в подвижных играх; - охотно занимается трудовой деятельностью (уборкой инвентаря).
---	---	--	--	--

3 неделя (три занятия, первое – на освоение, второе и третье - на закрепление, повторение)

Образовательная область. Цель. Задача.	Тема	Виды и формы совместной образовательной деятельности	Индивидуальные эталоны усвоения и самостоятельная деятельность	Целевые ориентиры (результат)
Физическое развитие. Цель: создание условий для развития двигательных навыков со спортивными предметами. Задача: развивать двигательную активность в процессе выполнения	Тема третьей недели: «Ведение мяча. Ползание. Ходьба по рейке гимнастической скамейки. Прыжки». Краткое содержание: - коммуникативная деятельность; - двигательная деятельность; - игровая деятельность; - трудовая	Коммуникативная. Беседа о правилах поведения в коллективных играх. Двигательная. Общеразвивающие упражнения по выбору педагога Основные движения по теме недели. Ведение мяча: по прямой, сбоку; между предметами; по полу, подталкивая мяч головой. Ползание по гимнастической скамейке на животе прямо, подтягиваясь руками. Ходьба по рейке гимнастической скамейки, руки за головой, с мешочком на голове.	Участие в беседе. Самостоятельное выполнение двигательных заданий. Самостоятельное выполнение заданий с мячом. Отбивание мяча одной рукой на месте. Ведение мяча по прямой, сбоку; между предметами; по полу, подталкивая мяч головой. Ходьба по рейке гимнастической скамейки,	- ребенок поддерживает беседу, может высказать свое суждение; - старается точно выполнять двигательные задания; - у ребенка развита крупная и мелкая моторика; - проявляет ловкость в прыжках; - владеет ведением мяча по прямой; - проявляет элементы творчества в подвижных

упражнений, заданий и подвижных игр, прыжков, упражнений со спортивными предметами.	деятельность.	Прыжки вверх из глубокого приседа. Игровая. «Охотники и утки», «Фигурная ходьба», «Улитка, иголка и нитка». Трудовая. Уборка инвентаря.	руки за головой, с мешочком на голове. Прыжки вверх из глубокого приседания. Участие в подвижных играх. Участие в трудовой деятельности.	играх; - охотно занимается трудовой деятельностью (уборкой инвентаря).
---	---------------	---	---	---

4 неделя (три занятия, первое – на освоение, второе и третье - на закрепление, повторение)

Образовательная область. Цель. Задача.	Тема	Виды и формы совместной образовательной деятельности	Индивидуальные эталоны усвоения и самостоятельная деятельность	Целевые ориентиры (результат)
Физическое развитие. Цель: создание условий для проведения эстафеты и подвижных игр. Задача: провести «Неделю подвижных игр» для повторения и закрепления двигательных умений и навыков.	Тема четвертой недели: «Неделя подвижных игр». Краткое содержание: - двигательная деятельность; - игровая деятельность;	Двигательная. «Неделя подвижных игр» Игры, игровые упражнения: 1. «Проведи мяч». 2. «Круговая лапта». 3. «Кто самый меткий?». 4. «Эхо» (малоподвижная). 5. «Совушка». Эстафеты: 1. «Кто быстрее?» (ведение мяча). 2. «Мяч водящему» (играют 2-3 команды). 3. «Ловкая пара». 4. «Не задень» (2-3 команды).	Участие в подвижных играх и эстафетах.	- ребенок с интересом участвует в подвижных играх и эстафетах; - проявляет волевые усилия в командных соревнованиях.

Ноябрь

Календарные сроки	Содержание деятельности
1 неделя - три занятия	Тема недели «Ходьба по канату» «Прыжки через шнур»
2 неделя - три занятия	Тема недели «Баскетбол»

3 неделя - три занятия	Тема неделя «Ползание. Лазание. Метание»
4 неделя - три занятия	Тема недели «Подвижные игры»

Организация двигательного режима

Физкультурные занятия	3 раза в неделю
Спортивные прогулки с использованием подвижных игр	3 раза в неделю
Музыкально – ритмические движения	2 раза в неделю
Утренняя гимнастика	ежедневно
Оздоровительный бег	ежедневно

Обеспечение условий для эффективной физкультурно-оздоровительной работы

Соблюдение гибкого режима	ежедневно
Использование спортивной предметно – развивающей среды	ежедневно
Использование современного спортивного инвентаря и оборудования	ежедневно
Учет возрастных особенностей и физического состояния здоровья	ежедневно

1 неделя (три занятия, первое – на освоение, второе и третье - на закрепление, повторение)

Образовательная область. Цель. Задача.	Тема	Виды и формы совместной образовательной деятельности	Индивидуальные эталоны усвоения и самостоятельная деятельность	Целевые ориентиры (результат)
Физическое развитие Цель: создание условий для формирования потребности в ежедневной двигательной деятельности, для выполнения физических упражнений из разных исходных положений четко и	Тема первой недели «Ходьба по канату» «Прыжки через шнур». Краткое содержание: - коммуникативная деятельность; - двигательная деятельность; - игровая деятельность; - трудовая деятельность.	Коммуникативная. Беседа о важности выполнения физических упражнений из разных исходных положений четко и ритмично, в заданном темпе. Двигательная. Ходьба и бег в колонне по одному, «змейкой», с перешагиванием через предметы, высоко поднимая колени, со сменой темпа на сигнал; ходьба и бег между линиями. Общеразвивающие упражнения Поднятие и опускание плеч. Поднимание обеих ног в упоре сидя,	Участие в беседе. Участие в разных видах ходьбы и бега: ходьбе и беге в колонне по одному, «змейкой», с перешагиванием через предметы, высоко поднимая колени, со сменой темпа на сигнал; ходьбе и бегу между линиями. Самостоятельное выполнение общеразвивающих упражнений: поднятие и	- ребенок поддерживает беседу, может высказать свое суждение; - старается точно выполнять двигательные задания; - умеет удерживать равновесие; - у ребенка развита крупная и мелкая моторика; - проявляет активность в выполнении

ритмично, в заданном темпе. Задача: формировать потребность в ежедневной двигательной деятельности для выполнения физических упражнений из разных исходных положений четко и ритмично, в заданном темпе.		оттягивая носки, удерживание ног в этом положении. Приседания из положения ноги врозь, перенося массу тела с одной ноги на другую, не поднимаясь. Сохранение равновесия, стоя на одной ноге. Основные движения. Ходьба по канату боком приставным шагом. Прыжки через шнуры. Эстафета «Мяч водящему». Прыжки попеременно на левой и правой ногах через шнур.	опускание плеч;поднимание обеих ног в упоре сидя, оттягивая носки, удерживание ног в этом положении. Приседания из положения ноги врозь, перенося массу тела с одной ноги на другую, не поднимаясь. Сохранение равновесия, стоя на одной ноге. Самостоятельное выполнение основных движений. Участие в эстафете. Самостоятельное выполнение прыжков.	упражнений для рук и плечевого пояса; - проявляет ловкость в прыжках; - проявляет элементы творчества в подвижных играх.
--	--	---	--	---

2 неделя(три занятия, первое – на освоение, второеи третье - на закрепление, повторение)

Образовательная область. Цель. Задача.	Тема	Виды и формы совместной образовательной деятельности	Индивидуальные эталоны усвоения и самостоятельная деятельность	Целевые ориентиры (результат)
Физическое развитие Цель: создание условий для формирования потребности в ежедневной двигательной деятельности. Задача:	Тема второй недели: «Баскетбол». Краткое содержание: - коммуникативная деятельность; - двигательная деятельность; - игровая деятельность; - трудовая деятельность.	Коммуникативная. Беседа об игре в баскетбол. Двигательная. Общеразвивающие упражнения по выбору педагога. Основные движения по теме недели. Прыжки через короткую скакалку с вращением ее вперед. Ползание под шнур боком. Прокатывание обруча друг другу. «Попади в корзину» (баскетбольный	Участие в беседе. Самостоятельное выполнение двигательных заданий. Самостоятельное выполнение прыжков. Ползание под шнур боком. Прокатывание обруча. Самостоятельное выполнение	- ребенок поддерживает беседу, может высказать свое суждение; - старается точно выполнять двигательные задания; - у ребенка развита крупная и мелкая моторика; - проявляет ловкость в прыжках с высоты;

познакомить детей с различными видами спорта.		вариант, расстояние- 3 м) Игровая. «Мышеловка», «Эхо».	баскетбольных движений с мячом. Участие в игровой деятельности.	- отбивает, передает, подбрасывает мяч разными способами; -с интересом выполняет задания и правила баскетбольной игры; - проявляет элементы творчества в подвижных играх; - охотно занимается трудовой деятельностью (уборкой инвентаря).
---	--	---	---	--

3 неделя (три занятия, первое – на освоение, второе и третье - на закрепление, повторение)

Образовательная область. Цель. Задача.	Тема	Виды и формы совместной образовательной деятельности	Индивидуальные эталоны усвоения и самостоятельная деятельность	Целевые ориентиры (результат)
Физическое развитие. Цель: создание условий для развития у детей физических качеств в ведущих в этом возрасте: быстроты, ловкости, координации. Задача: развивать ведущие физические	Тема третьей недели: «Ползание. Лазание. Метание». Краткое содержание: - коммуникативная деятельность; - двигательная деятельность; - игровая деятельность; - трудовая деятельность.	Коммуникативная. Беседа о безопасном метании предметов в цель. Двигательная. Общеразвивающие упражнения по выбору педагога. Основные движения по теме недели. Ползание по гимнастической скамейке с мешочком на спине. Метание в горизонтальные цели (расстояние - 4метра). Влезание на гимнастическую стенку и переход на другой - пролет по диагонали. Ходьба по гимнастической скамейке боком приставным шагом, перешагивая через кубики, руки на поясе.	Участие в беседе. Самостоятельное выполнение двигательных заданий. Самостоятельное выполнение основных движений: ползание по гимнастическойскамейке с мешочкомна спине. Метание в горизонтальные цели (расстояние - 4метра). Влезание на гимнастическую стенку и переход на другой пролет по диагонали. Самостоятельное выполнение ходьбы по гимнастической скамейке боком приставнымшагом,	- ребенок поддерживает беседу; -самостоятельно выполняет основные движения; - проявляет волевые усилия при метании, лазании, ползании; - проявляет активность в коллективных подвижных играх; - проявляет уважение к

качества детей в процессе разных видов игровой деятельности.		Игровая. «Рыбак и рыбки», «Придумай фигуру» (ходьба в колонне). Трудовая. Уборка инвентаря.	перешагивая через кубики, руки на поясе. Участие в подвижных играх. Участие в трудовой деятельности.	собственным трудовым действиям и труду своих сверстников.
--	--	--	--	---

4 неделя (три занятия, первое – на освоение, второе и третье - на закрепление, повторение)

Образовательная область. Цель. Задача.	Тема	Виды и формы совместной образовательной деятельности	Индивидуальные эталоны усвоения и самостоятельная деятельность	Целевые ориентиры (результат)
Физическое развитие Цель: создание условий для проведения эстафеты и подвижных игр. Задача: провести «Неделю подвижных игр» для повторения и закрепления двигательных умений и навыков.	Тема четвертой недели: «Неделя подвижных игр» Краткое содержание: - двигательная деятельность; - игровая деятельность.	Двигательная. «Неделя подвижных игр» Игры, игровые упражнения, эстафеты. Подвижные игры: 1. «Перелет птиц» 2. «Лягушки и цапля» 3. «Что изменилось?» 4. «Удочка» 5. «Придумай фигуру» Игровые эстафеты: 1. «Быстро передай» (в колонне) 2. «Кто быстрее доберется до флажка?» (прыжки на левой и правой ногах) 3. «Собери и разложи» (обручи) 4. «Летает - не летает» 5. «Муравейник»	Участие в подвижных играх и эстафетах.	- ребенок с интересом участвует в подвижных играх и эстафетах; - проявляет волевые усилия в командных соревнованиях.

Декабрь

Календарные сроки	Содержание деятельности
1 неделя - три занятия	Тема недели «Ходьба. Бег».

2 неделя - три занятия	Тема недели«Прыжки».
3 неделя - три занятия	Тема недели«Ползание. Лазание. Метание».
4 неделя - три занятия	Тема недели «Взаимодействие и сотрудничество в игровой двигательной деятельности», «Подвижные игры».

Организация двигательного режима

Физкультурные занятия	3 раза в неделю
Спортивные прогулки с использованием подвижных игр	3 раза в неделю
Музыкально – ритмические движения	2 раза в неделю
Утренняя гимнастика	ежедневно
Оздоровительный бег	ежедневно

Обеспечение условий для эффективной физкультурно-оздоровительной работы

Соблюдение гибкого режима	ежедневно
Использование спортивной предметно – развивающей среды	ежедневно
Использование современного спортивного инвентаря и оборудования	ежедневно
Учет возрастных особенностей и физического состояния здоровья	ежедневно

1 неделя (три занятия, первое – на повторение основных мониторинговых заданий, второе и третье - на результат развития)

Образовательная область. Цель. Задача.	Тема	Виды и формы совместной образовательной деятельности	Индивидуальные эталоны усвоения и самостоятельная деятельность	Целевые ориентиры (результат)
Физическое развитие Цель: создание условий для приобретения опыта в двигательной деятельности, направленных на развитие двигательных качеств с учетом требований промежуточного	Тема первой недели «Ходьба. Бег» Мониторинговые задания Краткое содержание: - выполнение мониторинговых заданий, выполнение программных требований по теме «Ходьба»;	Двигательная. Мониторинговые задания. Ходьба в разных построениях(в колонне по одному, парами, тройками, в круге, в шеренге). Ходьба обычным, гимнастическим, скрестными шагами. Ходьба с выпадами. Ходьба по гимнастической скамейке. Бег. Бегать легко, медленно, быстро (стремительно), через препятствия, спиной вперед, с	Выполнение заданий педагога. Участие в подвижной игре и коллективной эстафете.	- ребенок свободно ориентируется и выполняет разные виды ходьбы: в колонне по одному, парами, тройками, в круге, в шеренге, по гимнастической скамейке; - освоил элементарные виды бега: легко, медленно, быстро

мониторинга. Задача: закрепить навыки по накоплению опыта в двигательной деятельности, направленных на развитие двигательных качеств в процессе выполнения заданий с учетом требований промежуточного мониторинга.	- выполнение мониторинговых заданий, выполнение программных требований по теме «Бег»; - игровая деятельность; - трудовая; деятельность.	сохранением направления и равновесия. Бег с предметами. Со скакалкой, с мячом. Бегать из разных стартовых позиций. Игровая. «Ловля обезьян», эстафета «Передал - садись». Трудовая. Уборка инвентаря.		(стремительно), через препятствия, спиной вперед, с сохранением направления и равновесия; - умеет бегать из разных стартовых позиций.
--	---	---	--	--

2 неделя (три занятия, первое – на повторение основных мониторинговых заданий, второе и третье - на результат развития)

Образовательная область. Цель. Задача.	Тема	Виды и формы совместной образовательной деятельности	Индивидуальные эталоны усвоения и самостоятельная деятельность	Целевые ориентиры (результат)
Физическое развитие. Цель: создание условий для приобретения опыта в двигательной деятельности, направленных на развитие двигательных качеств с учетом требований промежуточного мониторинга. Задача:	Тема второй недели «Прыжки». Мониторинговые задания Краткое содержание: - выполнение мониторинговых заданий, выполнение программных требований по теме «Прыжки»;	Двигательная. Мониторинговые задания. Прыжки на двух ногах на месте. Прыжки с поворотом кругом Прыжки боком с зажатым между ног мячом. Прыжки с продвижением вперед на 4 – 5 метров. Прыжки в длину с места (80 – 90 сантиметров).Прыжки в длину с разбега (150 сантиметров). Прыжки в высоту с разбега (40 – 45 сантиметров). Прыжки через короткую и длинную скакалку. Прыжки через обруч. Игровая.	Выполнение заданий педагога. Участие в подвижной игре. Уборка инвентаря.	- ребенок выполняет разные виды прыжков: прыжки на двух ногах на месте, прыжки с поворотом кругом, прыжки боком с зажатым между ног мячом, прыжки с продвижением вперед на 4 – 5 метров, прыжки в длину с места (80 – 90 сантиметров).Прыжки в длину с разбега (150 сантиметров),прыжки в высоту с разбега (40 – 45 сантиметров), прыжки

закрепить навыки по накоплению опыта в двигательной деятельности, направленных на развитие двигательных качеств в процессе выполнения заданий с учетом требований промежуточного мониторинга.	- игровая деятельность; - трудовая деятельность.	«Прыгни - присядь», «Стоп». Трудовая. Уборка инвентаря.		через короткую и длинную скакалку, прыжки через обруч; - ребенок проявляет двигательную активность при выполнении прыжков; - доброжелательно относится к сверстникам и взрослым; - выполняет указания педагога (инструктора).
---	---	--	--	--

3 неделя (три занятия, первое - на повторение основных мониторинговых заданий, второе и третье - на результат развития)

Образовательная область. Цель. Задача.	Тема	Виды и формы совместной образовательной деятельности	Индивидуальные эталоны усвоения и самостоятельная деятельность	Целевые ориентиры (результат)
Физическое развитие. Цель: создание условий для приобретения опыта в двигательной деятельности, направленных на развитие двигательных качеств с учетом требований промежуточного мониторинга. Задача: закрепить навыки по	Тема третьей недели «Ползание. Лазание. Метание». Мониторинговые задания. Краткое содержание: - выполнение мониторинговых заданий, выполнение программных требований по теме «Ползание. Лазание. Метание»; - игровая деятельность; - трудовая деятельность.	Двигательная. Мониторинговые задания «Ползание. Лазание» Ползание на четвереньках по гимнастической скамейке. Ползание на животе, спине, подтягивание руками. Лазание по веревочной лестнице. Переход с пролета на пролет гимнастической стенки по диагонали. «Метание, ловля, бросание». Перебрасывать мяч друг другу из - за головы. Бросание мяча вверх, о землю. Перебрасывать мяч через сетку. Метание в горизонтальную и вертикальную цели.	Выполнение заданий педагога. Уборка инвентаря.	- ребенок выполняет разные виды ползания и лазания: на четвереньках по гимнастической скамейке, ползание на животе, спине, подтягивание руками, лазание по веревочной лестнице, переход с пролета на пролет гимнастической стенки по диагонали; - успешно справляется с заданиями по ловле и

накоплению опыта в двигательной деятельности, направленных на развитие двигательных качеств в процессе выполнения заданий с учетом требований промежуточного мониторинга.		Метание вдаль на 6 - 8 метров. Трудовая. Уборка инвентаря.		бросанию мяча, метанием в горизонтальную и вертикальную цели. - доброжелательно относится к сверстникам и взрослым; - выполняет указания педагога (инструктора).
---	--	---	--	--

4 неделя (три занятия, первое – на повторение основных мониторинговых заданий, второе и третье - на результат развития)

Образовательная область. Цель. Задача.	Тема	Виды и формы совместной образовательной деятельности	Индивидуальные эталоны усвоения и самостоятельная деятельность	Целевые ориентиры результат)
Физическое развитие. Цель: создание условий для приобретения опыта в двигательной деятельности, направленных на развитие двигательных качеств с учетом требований промежуточного мониторинга. Задача: закрепить навыки по накоплению опыта в двигательной	Тема третьей недели «Взаимодействие и сотрудничество в игровой двигательной деятельности». Краткое содержание: Мониторинговые задания по теме «Игровое сотрудничество педагога и ребенка в игре».	Коммуникативная. Беседа о помощи и взаимодействии в игре» Двигательная. Мониторинговые задания по теме «Игровое сотрудничество педагога и ребенка в игре». Совместные игровые упражнения. «Ловкая пара». «Снайперы». «Затейники». Эстафеты: «Коршун и наседки». «Загони льдинку». «Догони мяч». «Паутинки» (обручи, ленты). Трудовая.	Участие в беседе. Выполнение вместе с педагогом (инструктором) игровых упражнений. Участие в эстафетах. Уборка инвентаря.	- ребенок проявляет активный интерес к совместным игровым действиям; - ребенок доброжелательно относится к сверстникам и взрослым; - выполняет указания педагога (инструктора).

деятельности, направленных на развитие двигательных качеств в процессе выполнения заданий с учетом требований промежуточного мониторинга.		Уборка инвентаря.		
---	--	-------------------	--	--

Качественные показатели освоения элементов техники основных движений детей 6 - 7 лет

Основные движения	Показатель
Ходьба и бег	Ходьба разных построениях (в колонне по одному, парами, тройками, в круге, в шеренге) Ходьба обычным, гимнастическим, скрестными шагами. Ходьба с выпадами. Ходьба по гимнастической скамейке. Бег. Бегать легко, медленно, быстро (стремительно), через препятствия, спиной вперед, с сохранением направления и равновесия. Бег с предметами. Со скакалкой, с мячом. Бегать из разных стартовых позиций.
Прыжки	Прыжки на двух ногах на месте. Прыжки с поворотом кругом Прыжки боком с зажатым между ног мячом. Прыжки с продвижением вперед на 4 – 5 метров. Прыжки в длину с места (80 – 90 сантиметров). Прыжки в длину с разбега (150 сантиметров). Прыжки в высоту с разбега (40 – 45 сантиметров). Прыжки через короткую и длинную скакалку. Прыжки через обруч.
Ползание, лазание, метание, ловля, бросание.	«Ползание. Лазание» Ползание на четвереньках по гимнастической скамейке. Ползание на животе, спине, Подтягивание руками. Лазание по веревочной лестнице. Переход с пролета на пролет гимнастической стенки по диагонали. «Метание, ловля, бросание» Перебрасывать мяч друг другу из – за головы. Бросание мяча вверх, о землю. Перебрасывать мяч через сетку. Метание в горизонтальную и вертикальную цели. Метание вдаль на 6 – 8 метров.
«Взаимодействие и сотрудничество в игровой	«Взаимодействие и сотрудничество в игровой двигательной деятельности» Результат взаимодействия: развитие детской любознательности, инициативы, познавательной активности,

двигательной деятельности»	потребность в двигательной деятельности и физическом совершенствовании.
----------------------------	---

Январь

Календарные сроки	Содержание деятельности
1 неделя - праздничные выходные дни	Тема недели - праздничные выходные дни
2 неделя - праздничные выходные дни	Тема недели - «Метание. Упражнения с мячом»
3 неделя - три занятия	Тема недели «Метание. Ползание»
4 неделя - три занятия	Тема недели «Прыжки. Упражнения с мячом»

Организация двигательного режима

Физкультурные занятия	3 раза в неделю
Спортивные прогулки с использованием подвижных игр	3 раза в неделю
Музыкально – ритмические движения	2 раза в неделю
Утренняя гимнастика	ежедневно
Оздоровительный бег	ежедневно

Обеспечение условий для эффективной физкультурно-оздоровительной работы

Соблюдение гибкого режима	ежедневно
Использование спортивной предметно – развивающей среды	ежедневно
Использование современного спортивного инвентаря и оборудования	ежедневно
Учет возрастных особенностей и физического состояния здоровья	ежедневно

3 неделя– выходные праздничные дни

4 неделя (три занятия, первое – на освоение, второе и третье - на закрепление, повторение)

Образовательная область. Цель. Задача.	Тема	Виды и формы совместной образовательной деятельности	Индивидуальные эталоны усвоения и самостоятельная деятельность	Целевые ориентиры (результат)
Физическое развитие. Цель: создание условий для накопления и	Тема третьей недели: «Метание, упражнения с мячом». Краткое	Вводная часть (возможно повторение, закрепление до конца месяца). Двигательная. Ходьба в колонне по одному приставными шагами с левой и правой ног попеременно, перестроение в колонну по два, в чередовании с	Самостоятельное выполнение общеразвивающих упражнений. Самостоятельное и точное выполнение	- ребенок доброжелательно взаимодействует со сверстниками и взрослыми; - проявляет волевые

обогащения двигательного опыта детей. Задача: обогащать двигательный опыт детей в процессе разных видов детской деятельности.	содержание: - игровая деятельность; - трудовая деятельность.	бегом, «змейкой», в полуприседе, враспынную. Бег «змейкой» с поворотом на сигнал, с высоким подниманием колен, подскоки, шаг «голова по кругу». Повороты налево, направо. Общеразвивающие упражнения. Отведение локтей назад (рывки 2-3 раза) и выпрямление рук в стороны из положения руки перед грудью. Сесть из положения лежа на спине (закрепив ноги), возвращение в исходное положение. Касание носком выпрямленной ноги (мах вперед) ладони вытянутой вперед руки (одноименной и разноименной). Сохранение равновесия, балансируя на большом набивном мяче (вес 3 кг) Основные движения по теме недели. Метание мешочков в вертикальную цель с расстояния 3 м. Метание набивного мяча двумя руками из-за головы. Упражнения с мячом. Ведение мяча попеременно правой и левой руками. Перебрасывание мяча друг другу от груди двумя руками. Игровая. Подвижные игры «Догони мяч».	основных движений: метание мешочков в вертикальную цель с расстояния- 3 м.	усилия при метании, лазании, ползании; - проявляет активность в коллективных подвижных играх; - проявляет уважение к собственным трудовым действиям и труду своих сверстников.
--	---	--	---	---

3 неделя (три занятия, первое – на освоение, второе и третье - на закрепление, повторение)

Образовательная область. Цель. Задача.	Тема	Виды и формы совместной образовательной деятельности	Индивидуальные эталоны усвоения и самостоятельная деятельность	Целевые ориентиры (результат)
Физическое развитие.	Тема третьей недели: «	Вводная часть (возможно повторение, закрепление до конца месяца).	Самостоятельное	- ребенок доброжелательно

Цель:создание условий для накопления и обогащения двигательного опыта детей. Задача: обогатить двигательный опыт детей в процессе разных видов детской деятельности.	Метание, ползание». Краткое содержание: - игровая деятельность; - трудовая деятельность.	Двигательная. Ходьба в колонне по одному приставными шагами с левой и правой ног попеременно, перестроение в колонну по два, в чередовании с бегом, «змейкой», в полуприседе, враспынную. Бег «змейкой» с поворотом на сигнал, с высоким подниманием колен, подскоки, шаг «голова по кругу». Повороты налево, направо. Общеразвивающие упражнения. Отведение локтей назад (рывки 2-3 раза) и выпрямление рук в стороны из положения руки перед грудью. Сесть из положения лежа на спине (закрепив ноги), возвращение в исходное положение. Касание носком выпрямленной ноги (мах вперед) ладони вытянутой вперед руки (одноименной и разноименной). Сохранение равновесия, балансируя на большом набивном мяче (вес 3 кг) Основные движения по теме недели. Метание мешочков в вертикальную цель с расстояния 3 м. Метание набивного мяча двумя руками из-за головы. Подлезание под палку (40 см). Перешагивание через шнур (40 см). Ползание по скамейке с мешочком на спине.	выполнение общеразвивающих упражнений. Самостоятельное и точное выполнение основных движений: метание мешочков в вертикальную цель с расстояния- 3 м. Подлезание под палку (40 см). Перешагивание через шнур (40 см). Ползание по скамейке с мешочком на спине.	взаимодействует со сверстниками и взрослыми; - проявляет волевые усилия при метании, лазании, ползании; - проявляет активность в коллективных подвижных играх; - проявляет уважение к собственным трудовым действиям и труду своих сверстников.
--	--	--	--	--

4неделя (три занятия, первое – на освоение, второе и третье - на закрепление, повторение)

Образовательная область. Цель. Задача.	Тема	Виды и формы совместной образовательной деятельности	Индивидуальные эталоны усвоения и самостоятельная деятельность	Целевые ориентиры (результат)
Физическое развитие. Цель: создание	Тема четвертой недели: «Прыжки.	Вводная часть (возможно повторение, закрепление до конца месяца). Ходьба и бег в колонне по одному,	Выполнение разных видов ходьбы. Самостоятельное	- ребенок прилагает волевые усилия в упражнениях по

условий для накопления и обогащения двигательного опыта детей, для освоения и закрепления основных программных движений. Задача: обогатить двигательный опыт детей в процессе разных видов детской деятельности.	Упражнения с мячом». «Краткое содержание: - двигательная деятельность; - игровая деятельность.	врассыпную, парами, с ускорением, «змейкой», между предметами, с преодолением препятствий, по канату. Перестроение в колонну по два в движении. Бег в среднем темпе Двигательная. Основные движения по теме недели Прыжки на мат с места (толчком двух ног). Прыжки с разбега (3 шага). Прыжки через набивные мячи (6-8 шт.). Прыжки с мячом, зажатым между колен (5-6 м). Упражнения с мячом. Ведение мяча попеременно правой и левой руками. Перебрасывание мяча друг другу от груди двумя руками. Игровая. Подвижные игры «Кто скорее доберется до флажка?», «Что изменилось?».	преодоление препятствий (по канату). Самостоятельное выполнение разных видов прыжков: прыжки на мат с места (толчком двух ног). Прыжки с разбега (3 шага). Прыжки через набивные мячи (6-8 шт.). Прыжки с мячом, зажатым между колен (5-6 м). Выполнение игровых заданий с мячом: ведение мяча попеременно правой и левой руками, перебрасывание мяча друг другу от груди двумя руками. Участие в подвижных играх.	преодолению препятствий; - выполняет разные виды прыжков; - проявляет ловкость при выполнении упражнений с мячом; - проявляет инициативу в подвижных играх.
---	--	---	---	--

Февраль

Календарные сроки	Содержание деятельности
1 неделя - три занятия	Тема недели «Ходьба. Прыжки. Бросание мяча»
2 неделя - три занятия	Тема недели «Равновесие»
3 неделя - три занятия	Тема недели «Школа мяча»
4 неделя - три занятия	Тема недели «Игровая деятельность. Подвижные игры».

Организация двигательного режима

Физкультурные занятия	3 раза в неделю
Спортивные прогулки с использованием подвижных игр	3 раза в неделю
Музыкально – ритмические движения	2 раза в неделю
Утренняя гимнастика	ежедневно
Оздоровительный бег	ежедневно

Обеспечение условий для эффективной физкультурно-оздоровительной работы

Соблюдение гибкого режима	ежедневно
Использование спортивной предметно – развивающей среды	ежедневно
Использование современного спортивного инвентаря и оборудования	ежедневно
Учет возрастных особенностей и физического состояния здоровья	ежедневно

1 неделя (три занятия, первое – на освоение, второе и третье - на закрепление, повторение)

Образовательная область. Цель. Задача.	Тема	Виды и формы совместной образовательной деятельности	Индивидуальные эталоны усвоения и самостоятельная деятельность	Целевые ориентиры (результат)
Физическое развитие. Цель: создание условий для накопления и обогащения двигательного опыта детей, для освоения и закрепления основных программных движений. Задача: обогатить двигательный опыт детей процессе разных видов детской деятельности.	Тема первой недели: «Ходьба. Прыжки. Бросание мяча». Краткое содержание: - двигательная деятельность; - игровая деятельность.	Двигательная. Вводная часть Ходьба с остановкой по сигналу «Фигура!», с изменением направления, между предметами, врассыпную. Бег в умеренном темпе до 1,5 мин. Перестроение в колонны по два и по три. Общеразвивающие упражнения. Круговые движения согнутыми в локтях руками (кисти у плеч). Поочередные поднятия ноги, согнутой в колене. Свободные махи ногами вперед-назад, держась за опору. Основные движения по теме недели. Ходьба с перешагиванием через набивные мячи. Прыжки через короткую скакалку с продвижением вперед. Бросание мяча вверх и ловля его двумя руками. Ходьба по гимнастической скамейке боком приставным шагом, руки за голову. Бросание мяча с произведением хлопка. Прыжки через скакалку с промежуточным подскоком. Прыжки на двух ногах через 5-6 шнуров. Игровая. «Эхо».	Выполнение разных видов ходьбы. Выполнение двигательных заданий. Участие в подвижных играх. Самостоятельное выполнение общеразвивающих и основных движений. Участие в подвижной игре.	- ребенок хорошо ориентируется в разных видах ходьбы; - выполняет разные виды прыжков; - проявляет ловкость при выполнении упражнений с мячом; - проявляет инициативу в подвижных играх.

2 неделя (три занятия, первое – на освоение, второе и третье - на закрепление, повторение)

Образовательная область. Цель. Задача.	Тема	Виды и формы совместной образовательной деятельности	Индивидуальные эталоны усвоения и самостоятельная деятельность	Целевые ориентиры (результат)
Физическое развитие. Цель: создание условий для развития детских умений по осуществлению самоконтроля и самооценки своих результатов. Задача: научить контролировать свои движения, давать самооценку выполненным двигательным заданиям.	Тема второй недели «Равновесие». Краткое содержание: - двигательная деятельность; - игровая деятельность.	Двигательная. Вводная часть. Ходьба и бег в чередовании (ходьба -10 м, бег - 20 м), врассыпную; строевые упражнения; перестроение в колонны по одному и по два в движении. Ходьба и бег с чередованием. Основные движения по теме недели. Ходьба по гимнастической скамейке: боком, приставным шагом, с приседанием на одной ноге. Перешагивание через палку, обруч, веревку. Стоя на скамейке подпрыгивать и мягко приземляться на нее. Пройти пот узкой стороне скамейки прямо и боком. Балансировать на большом набивном мяче. Игровая. «Ловля обезьян», эстафета «Передал - садись». Трудовая. Уборка инвентаря.	Выполнение разных видов ходьбы. Выполнение двигательных заданий. Участие в подвижных играх. Самостоятельное выполнение общеразвивающих движений. Самостоятельное выполнение упражнений на равновесие: ходьбы по гимнастической скамейке: боком, приставным шагом, с приседанием на одной ноге, перешагивание через палку, обруч, веревку. Стоя на скамейке подпрыгивать и мягко приземляться на нее. Прохождение по узкой стороне скамейки прямо и боком. Выполнение балансирования на большом набивном мяче. Участие в подвижной игре. Участие в трудовой деятельности.	- ребенок хорошо ориентируется в разных видах ходьбы; - уверенно ходит по гимнастической скамейке, удерживает равновесие; - владеет приемами мягкого приземления в прыжках; - проявляет инициативу в подвижных играх; - может адекватно оценить свои успехи и достижения; - с интересом относится к уборке инвентаря и наведению порядка в спортивном зале.

3 неделя (три занятия, первое на освоение движений, второе и третье – на повторение, закрепление)

Образовательная область. Цель. Задачи.	Тема	Виды и формы совместной образовательной деятельности	Индивидуальные эталоны усвоения и самостоятельная деятельность	Целевые ориентиры
Физическое развитие.	«Школа мяча»	Двигательная.	Самостоятельное	- ребенок может

Цель: создание условий для развития двигательной деятельности детей. Задача: совершенствовать физические качества в разнообразных формах двигательной деятельности.	Краткое содержание: - ходьба; - бег; - дыхательные упражнения; - упражнения с мячом	Основные виды движений. Ходьба : обычная – на носках, руки на поясе – на пятках. Бег: обычный – с высоким подниманием колен, с захлестыванием голени назад. Бросание мяча вверх и ловля двумя руками. Бросание мяча друг другу и ловля его из положения, сидя на пятках. Игровая. «Передача мяча».	выполнение основных движений. Осознанное выполнение дыхательных и двигательных упражнений. Участие в подвижной игре	осознанно выполнять двигательные и дыхательные упражнения; - проявляет стойкий интерес к новым и знакомым физическим упражнениям; - проявляет инициативу при выполнении упражнений.
---	---	--	--	---

4 неделя (три занятия, первое – на освоение, второе и третье - на закрепление, повторение)

Образовательная область. Цель. Задача.	Тема	Виды и формы совместной образовательной деятельности	Индивидуальные эталоны усвоения и самостоятельная деятельность	Целевые ориентиры (результат)
Физическое развитие. Цель: создание условий для развития физических качеств детей 6 – 7 лет в процессе игровой деятельности. Задача: развивать физические качества в процессе освоения основных программных навыков в процессе игровой	Тема четвертой недели «Игровая деятельность. Подвижные игры». Неделя подвижных игр.	Двигательная. <i>Подвижные игры:</i> «Пробеги - не задень». «По местам». «Мяч водящему». «Пожарные на учениях». «Ловишки с мячом». <i>Эстафеты:</i> Прыжковая эстафета со скамейкой. «Дни недели». «Мяч от пола». «Через тоннель». «Больная птица». «Палочка-выручалочка» (с расчетом по	Участие в игровой деятельности.	- ребенок имеет социальный опыт участия в коллективных подвижных играх и эстафетах.

деятельности.		порядку).		
---------------	--	-----------	--	--

Март

Календарные сроки	Содержание деятельности
1 неделя - три занятия	Тема недели «Ходьба. Прыжки. Бросание мяча»
2 неделя - три занятия	Тема недели «Развиваем выносливость и силу»
3 неделя - три занятия	Тема недели «Метание. Лазание. Упражнения с обручем»
4 неделя - три занятия	Тема недели «Игровая деятельность. Подвижные игры»

Организация двигательного режима

Физкультурные занятия	3 раза в неделю
Спортивные прогулки с использованием подвижных игр	3 раза в неделю
Музыкально – ритмические движения	2 раза в неделю
Утренняя гимнастика	ежедневно
Оздоровительный бег	ежедневно

Обеспечение условий для эффективной физкультурно-оздоровительной работы

Соблюдение гибкого режима	ежедневно
Использование спортивной предметно – развивающей среды	ежедневно
Использование современного спортивного инвентаря и оборудования	ежедневно
Учет возрастных особенностей и физического состояния здоровья	ежедневно

1 неделя (три занятия, первое – на освоение, второе и третье - на закрепление, повторение)

Образовательная область. Цель. Задача.	Тема	Виды и формы совместной образовательной деятельности	Индивидуальные эталоны усвоения и самостоятельная деятельность	Целевые ориентиры (результат)
Физическое развитие. Цель: создание условий для становления целенаправленности и саморегуляции в двигательной	Тема первой недели «Ходьба. Прыжки. Бросание мяча». Краткое содержание: -коммуникативная деятельность;	Коммуникативная. Беседа о правилах личной гигиены спортсмена. Двигательная. Приветствие. Ходьба с изменением направления; с ускорением и замедлением движений по сигналу; «улитка» - ходьба в два круга во встречном направлении; бег со средней скоростью до 80 м; бег с перешагиванием	Участие в беседе. Участие в ходьбе и беге. Выполнение движений по сигналу. Самостоятельное выполнение общеразвивающих	- ребенок участвует в беседе; - уверенно выполняет движения по сигналу; - удерживает равновесие при

сфере в процессе занятий физической культурой. Задача: научить последовательным, целенаправленным действиям в двигательной сфере в процессе освоения элементарных программных элементов.	- двигательная деятельность; - игровая деятельность.	через шнуры; ходьба враспынную, по сигналу построение в колонну по одному, перестроение под счет «раз-два». Общеразвивающие упражнения по выбору педагога. Основные движения. Ходьба по рейке гимнастической скамейки: приставляя пятки к носку другой ноги, руки за голову; с мешочком на голове, руки на поясе. Прыжки на двух ногах вдоль шнура, перепрыгивая его справа и слева; поочередно - на правой и левой ноге. Прыжки через скамейку с одной ноги на другую; на двух ногах. Бросание мяча вверх, ловля с произведением хлопка; с поворотом кругом. Игровая. «Мяч водящему», «Пожарные на учениях».	упражнений по указанию педагога. Самостоятельная ходьба по гимнастической скамейке: приставляя пятки к носку другой ноги, руки за голову. Самостоятельное выполнение прыжков через скамейку. Самостоятельное выполнение упражнений с мячом. Участие в подвижных играх.	ходьбе по гимнастической скамейке; - проявляет ловкость при выполнении упражнений с мячом; - проявляет инициативу в коллективных подвижных играх.
--	---	--	--	---

2 неделя (три занятия, первое – на освоение, второе и третье - на закрепление, повторение)

Образовательная область. Цель. Задача.	Тема	Виды и формы совместной образовательной деятельности	Индивидуальные эталоны усвоения и самостоятельная деятельность	Целевые ориентиры (результат)
Физическое развитие. Цель: создание условий для эффективных занятий на современном спортивном оборудовании. Задача: развивать	Тема второй недели «Развиваем выносливость и силу». Краткое содержание: - коммуникативная деятельность; - двигательная деятельность; - игровая деятельность.	Коммуникативная. Беседа о выносливых и сильных людях спорта. Двигательная. «Сила». Сжимание кистевых эспандеров. Упражнения с диском «Здоровье» (передвигаться по кругу, раскачиваться влево – вправо и т.д.). Упражнение на тренажере «Здоровье» (натягивание на себя ручки тренажера	Участие в беседе. Самостоятельное выполнение упражнений по сжиманию кистевого эспандера. Самостоятельное выполнение упражнений с диском «Здоровье». Выполнение упражнений на тренажере «Беговая дорожка».	- ребенок участвует в беседе; - самостоятельно выполняет двигательные упражнения на разных тренажерах; - проявляет волевые усилия при выполнении упражнений на выносливость.

силу и выносливость в процессе занятий на современном спортивном оборудовании		в положении сидя, стоя). Упражнения на тренажере «Беговая дорожка». «Выносливость». Медленный бег (2 отрезка по 250 метров) Подскоки на месте (50 секунд). Подскоки в движении (1 минута). Прыжки на месте (50 – 55 раз).	Медленный бег (2 отрезка по 250 метров). Подскоки на месте (50 секунд). Подскоки в движении (1 минута). Прыжки на месте (50 – 55 раз).	
---	--	---	---	--

3 неделя (три занятия, первое – на освоение, второе и третье - на закрепление, повторение)

Образовательная область. Цель. Задача.	Тема	Виды и формы совместной образовательной деятельности	Индивидуальные эталоны усвоения и самостоятельная деятельность	Целевые ориентиры (результат)
Физическое развитие. Цель: создание условий для развития физических качеств детей 6 – 7 лет. Задача: развивать физические качества в процессе освоения основных программных навыков.	Тема третьей недели «Метание. Лазание. Упражнения с обручем» Краткое содержание: - коммуникативная деятельность; - двигательная деятельность; - игровая деятельность.	Коммуникативная. Беседа о безопасном поведении во время выполнения двигательных упражнений и заданий. Двигательная. Общеразвивающие упражнения. Вращение обруча одной рукой вокруг вертикальной оси, на предплечье и кисти руки перед собой и сбоку. Поочередные поднятия ноги, согнутой в колене. Касание носком выпрямленной ноги (мах вперед) ладони вытянутой вперед руки (одноименной и разноименной). Основные движения по теме недели. Метание мячей в горизонтальную цель на очки (2 команды). Пролезание в обруч в парах. Прокатывание обручей друг	Участие в беседе. Самостоятельное вращение обруча одной рукой вокруг вертикальной оси. Самостоятельное выполнение упражнений для ног. Самостоятельное метание мячей в горизонтальную цель. Пролезание в обруч в парах. Прокатывание обручей друг другу. Вращение обруча на кисти руки. Вращение обруча на полу. Лазание по	- ребенок участвует в беседе; - проявляет волевые усилия при выполнении двигательных упражнений; - у ребенка развита крупная и мелкая моторика.

		другу. Вращение обруча на кисти руки. Вращение обруча на полу. Лазание по гимнастической стенке изученным способом. Игровая. «Жмурки», «Стоп».	гимнастической Стенке знакомым способом. Участие в подвижных играх.	
--	--	---	--	--

4 неделя (три занятия, первое – на освоение, второе и третье - на закрепление, повторение)

Образовательная область. Цель. Задача.	Тема	Виды и формы совместной образовательной деятельности	Индивидуальные эталоны усвоения и самостоятельная деятельность	Целевые ориентиры (результат)
Физическое развитие. Цель: создание условий для развития физических качеств детей 6 – 7 лет в процессе игровой деятельности. Задача: развивать физические качества в процессе освоения основных программных навыков в процессе игровой деятельности.	Тема четвертой недели «Игровая деятельность. Подвижные игры». Неделя подвижных игр.	Двигательная. <i>Подвижные игры:</i> «Пробеги - не задень». «Мяч водящему». «Ловишки с мячом». <i>Эстафеты:</i> Прыжковая эстафета со скамейкой. «Мяч от пола». «Через тоннель». «Палочка-выручалочка» (с расчетом по порядку).	Участие в игровой деятельности.	- ребенок имеет социальный опыт участия в коллективных подвижных играх и эстафетах.

Апрель

Календарные сроки	Содержание деятельности
1 неделя - три занятия	Тема недели « Можем! Умеем!» Ходьба. Равновесие. Прыжки. Метание. Упражнения с мячом.
2 неделя - три занятия	Тема недели «Бег. Прыжки. Игры и упражнения с мячом»

3 неделя - три занятия	Тема недели « Баскетбол»
4 неделя - три занятия	Тема недели: « Наши любимые игры»

Организация двигательного режима

Физкультурные занятия	3 раза в неделю
Спортивные прогулки с использованием подвижных игр	3 раза в неделю
Музыкально – ритмические движения	2 раза в неделю
Утренняя гимнастика	ежедневно
Оздоровительный бег	ежедневно

Обеспечение условий для эффективной физкультурно-оздоровительной работы

Соблюдение гибкого режима	ежедневно
Использование спортивной предметно – развивающей среды	ежедневно
Использование современного спортивного инвентаря и оборудования	ежедневно
Учет возрастных особенностей и физического состояния здоровья	ежедневно

1 неделя (три занятия, первое – на освоение, второе и третье - на закрепление, повторение)

Образовательная область. Цель. Задача.	Тема	Виды и формы совместной образовательной деятельности	Индивидуальные эталоны усвоения и самостоятельная деятельность	Целевые ориентиры (результат)
Физическое развитие. Цель: создание условий для формирования готовности к совместной двигательной деятельности со сверстниками и взрослыми. Задача: формировать	Тема первой недели: « Можем! Умеем!» Ходьба. Равновесие. Прыжки. Метание. Упражнения с мячом» Краткое содержание: - двигательная деятельность; - игровая	Двигательная. Повторить разные виды ходьбы и бега; ходьбу и бег с перешагиванием через предметы; строевые упражнения. Общеразвивающие упражнения. Разведение и сведение пальцев, поочередное соединение всех пальцев с большим. Из упора присев переходить в упор на одной ноге, отводя другую ногу назад (носок опирается о пол). Одновременное поднятие ног из положения лежа на спине, стараясь коснуться лежащего за головой предмета.	Участие в разных видах ходьбы и бега. Выполнение общеразвивающих упражнений для рук и ног. Самостоятельное выполнение движений на равновесие. Самостоятельное выполнение ходьбы по гимнастической скамейке с мячом в руках. Самостоятельное выполнение ходьбы по	- ребенок уверенно выполняет упражнения для рук и ног; - удерживает равновесие при ходьбе по гимнастической скамейке; - проявляет волевые усилия в прыжках и метании; - проявляет внимание и ловкость при

готовность к совместной двигательной деятельности со сверстниками и взрослыми в процессе занятий физической культурой.	деятельность.	Сохранение равновесия в положении стоя, закрыв глаза. Основные движения Ходьба по гимнастической скамейке с мячом в руках; на каждый шаг - передача мяча перед собой и за спину. Ходьба по гимнастической скамейке с выполнением хлопка под коленом на каждый шаг. Прыжки в длину с разбега. Прыжки через скамейку с одной ноги на другую; на двух ногах. Метание набивного мяча. Ведение мяча правой и левой руками и забрасывание его в корзину. Ведение мяча между предметами. Игровая. «Охотники и утки».	гимнастической скамейке с выполнением хлопка под коленом на каждый шаг. Самостоятельное выполнение прыжков с разбега. Прыжки через скамейку с одной ноги на другую; на двух ногах. Метание набивного мяча. Самостоятельное ведение мяча правой и левой руками и забрасывание его в корзину. Ведение мяча между предметами. Участие в подвижной игре.	выполнении упражнений с мячом.
--	---------------	--	---	--------------------------------

2 неделя (три занятия, первое – на освоение, второе и третье - на закрепление, повторение)

Образовательная область. Цель. Задача.	Тема	Виды и формы совместной образовательной деятельности	Индивидуальные эталоны усвоения и самостоятельная деятельность	Целевые ориентиры (результат)
Физическое развитие. Цель: создание условий для развития детских интересов, любознательности и познавательной мотивации в	Тема второй недели «Бег. Прыжки. Игры и упражнения с мячом» Краткое содержание: - коммуникативная деятельность; - двигательная деятельность; - игровая	Коммуникативная. Беседа о правилах поведения при выполнении двигательных заданий. Двигательная. Общеразвивающие упражнения по выбору педагога. Основные движения. Бег на скорость (30 м). Бег со средней скоростью на расстояние 100 м.	Участие в беседе. Самостоятельное выполнение общеразвивающих упражнений. Самостоятельное выполнение основных движений: бег на скорость (30 м), бег со средней скоростью на расстояние 100	- ребенок может поддерживать беседу; - проявляет волевые усилия в беге на скорость; - выполняет нормативы по прыжкам в длину с разбега; - проявляет ловкость

процессе занятий физической культурой. Задача: развивать детские интересы, любознательность в процессе занятий физической культурой	деятельность.	Прыжки в длину с разбега. Прыжки через скакалку. Перебрасывание мяча в шеренгах двумя руками из-за головы (расстояние 4 м); двумя руками от груди (расстояние 4 м). Ведение мяча рукой. Ведение мяча и забрасывание его в корзину. Игровая. Подвижная игра «Передача мяча в колонне».	м. Прыжки в длину с разбега. Прыжки через скакалку. Перебрасывание мяча в шеренгах двумя руками из-за головы (расстояние -4 м); двумя руками от груди (расстояние - 4 м). Ведение мяча рукой. Ведение мяча и забрасывание его в корзину. Участие в подвижной игре.	при выполнении упражнений с мячом.
---	---------------	---	---	------------------------------------

3 неделя (три занятия, первое – на освоение, второе и третье - на закрепление, повторение)

Образовательная область. Цель. Задача.	Тема	Виды и формы совместной образовательной деятельности	Индивидуальные эталоны усвоения и самостоятельная деятельность	Целевые ориентиры (результат)
Физическое развитие. Цель: создание условий для развития спортивного интереса к играм с мячом. Задача: развивать детские интересы в процессе знакомства со спортивными играми.	Тема третьей недели «Баскетбол». Краткое содержание: - коммуникативная деятельность; - двигательная деятельность; - игровая деятельность.	Коммуникативная. Беседа. «Баскетбол. Правила игры» Двигательная. Общеразвивающие упражнения по выбору педагога. Основные движения. Передача мяча друг другу. Перебрасывание мяча друг другу. Ловля мяча. Броски мяча в корзину двумя руками из – за головы. Ведение мяча одной рукой.	Участие в беседе. Освоение правил игры в баскетбол. Передача мяча друг другу. Перебрасывание мяча друг другу. Ловля мяча. Броски мяча в корзину двумя руками из – за головы. Ведение мяча одной рукой.	- ребенок знает правила игры в баскетбол; - проявляет терпение, выносливость, ловкость при освоении основных игровых движений.

4 неделя (три занятия, первое – на освоение, второе и третье - на закрепление, повторение)

Образовательная область. Цель. Задача.	Тема	Виды и формы совместной образовательной деятельности	Индивидуальные эталоны усвоения и самостоятельная деятельность	Целевые ориентиры (результат)
Физическое развитие. Цель: создание условий для проведения детских спортивных игр и эстафеты. Задача: закрепить основные двигательные умения и навыки в процессе проведения спортивных игр и эстафеты.	Тема четвертой недели «Наши любимые игры». Краткое содержание: - коммуникативная деятельность; - двигательная деятельность; - игровая деятельность.	Коммуникативная. Беседа. «Любимые подвижные игры» Двигательная. Повторить разные виды ходьбы и бега; ходьбу и бег с перешагиванием через предметы; строевые упражнения. «Наши любимые игры» Игровая. Прыжки разными способами через скакалку. «Кто выше прыгнет?» (в высоту). «Мяч водящему». Эстафеты: «Кто быстрее?» (бег). Детский волейбол (через сетку двумя руками). «Ловкие футболисты». Комбинированная эстафета: ползание по скамейке с подтягиванием руками; прыжки через скакалку; ползание под дугой; перепрыгивание через рейку. «Кто дальше прыгнет?»	Участие в беседе. Участие в игровой двигательной деятельности.	- ребенок с интересом участвует в коллективных подвижных играх и эстафетах; - умеет подчиняться правилам и социальным нормам.

Май

Календарные сроки	Содержание деятельности
1 неделя - три занятия	Тема недели «Ходьба. Бег»
2 неделя - три занятия	Тема недели «Прыжки»
3 неделя - три занятия	Тема недели «Ползание. Лазание. Метание» Итоговый мониторинг

4 неделя - три занятия	Тема недели «Взаимодействие и сотрудничество в игровой двигательной деятельности» «Подвижные игры» Итоговый мониторинг
------------------------	---

Организация двигательного режима

Физкультурные занятия	3 раза в неделю
Спортивные прогулки с использованием подвижных игр	3 раза в неделю
Музыкально – ритмические движения	2 раза в неделю
Утренняя гимнастика	ежедневно
Оздоровительный бег	ежедневно

Обеспечение условий для эффективной физкультурно-оздоровительной работы

Соблюдение гибкого режима	ежедневно
Использование спортивной предметно – развивающей среды	ежедневно
Использование современного спортивного инвентаря и оборудования	ежедневно
Учет возрастных особенностей и физического состояния здоровья	ежедневно

1 неделя (три занятия, первое – на повторение основных мониторинговых заданий, второе и третье - на результат развития)

Образовательная область. Цель. Задача.	Тема	Виды и формы совместной образовательной деятельности	Индивидуальные эталоны усвоения и самостоятельная деятельность	Целевые ориентиры (результат)
Физическое развитие Цель: создание условий для приобретения опыта в двигательной деятельности, направленных на развитие двигательных качеств с учетом требований итогового мониторинга. Задача: закрепить навыки по	Тема первой недели «Ходьба. Бег» Мониторинговые задания Краткое содержание: - выполнение мониторинговых заданий, выполнение программных требований по теме «Ходьба»; - выполнение мониторинговых	Двигательная. Мониторинговые задания. Ходьба в разных построениях(в колонне по одному, парами, тройками, в круге, в шеренге). Ходьба обычным, гимнастическим, скрестными шагами. Ходьба с выпадами. Ходьба по гимнастической скамейке. Ходьба по гимнастической скамейке с мячом в руках; на каждый шаг-передача мяча перед собой и за спину .Ходьба по гимнастической скамейке с выполнением хлопка под коленом на каждый шаг.	Выполнение заданий педагога. Участие в подвижной игре.	- ребенок свободно ориентируется и выполняет разные виды ходьбы: в колонне по одному, парами, тройками, в круге, в шеренге, по гимнастической скамейке; - освоил элементарные виды бега: легко, медленно, быстро (стремительно), через препятствия,

накоплению опыта в двигательной деятельности, направленных на развитие двигательных качеств в процессе выполнения заданий с учетом требований итогового мониторинга.	заданий, выполнение программных требований по теме «Бег»; - игровая деятельность; - трудовая деятельность.	Бег. Бегать легко, медленно, быстро (стремительно), через препятствия, спиной вперед, с сохранением направления и равновесия. Бег с предметами. Со скакалкой, с мячом. Бегать из разных стартовых позиций. Бег на скорость (30 м). Бег со средней скоростью на расстояние 100 м. Игровая. «Пробеги - не сбей». Трудовая. Уборка инвентаря.		спиной вперед, с сохранением направления и равновесия; - умеет бегать из разных стартовых позиций; - слышит и выполняет указания педагога.
--	--	--	--	--

2 неделя (три занятия, первое – на повторение основных мониторинговых заданий, второе и третье - на результат развития)

Образовательная область. Цель. Задача.	Тема	Виды и формы совместной образовательной деятельности	Индивидуальные эталоны усвоения и самостоятельная деятельность	Целевые ориентиры (результат)
Физическое развитие Цель: создание условий для приобретения опыта в двигательной деятельности, направленных на развитие двигательных качеств с учетом требований итогового мониторинга. Задача: закрепить навыки по накоплению опыта в двигательной деятельности,	Тема второй недели «Прыжки» Мониторинговые задания. Краткое содержание: - выполнение мониторинговых заданий, выполнение программных требований по теме «Прыжки»; - игровая деятельность;	Двигательная. Мониторинговые задания. Прыжки на двух ногах на месте. Прыжки с поворотом кругом Прыжки боком с зажатым между ног мячом. Прыжки с продвижением вперед на 5 - 6 метров. Прыжки в длину с места (85-95 сантиметров).Прыжки в длину с разбега (160 сантиметров).Прыжки в высоту с разбега (45-50 сантиметров). Прыжки через короткую и длинную скакалку. Прыжки	Выполнение заданий педагога. Участие в подвижной игре. Уборка инвентаря.	- ребенок выполняет разные виды прыжков: прыжки на двух ногах на месте, прыжки с поворотом кругом, прыжки боком с зажатым между ног мячом, прыжки с продвижением вперед на 5 – 6 метров, прыжки в длину с места (85– 95 сантиметров). Прыжки в длину с разбега (160сантиметров), прыжки в высоту с разбега (45 – 50 сантиметров), прыжки через короткую и длинную скакалку, прыжки через обруч; - ребенок проявляет

направленных на развитие двигательных качеств в процессе выполнения заданий с учетом требований итогового мониторинга.	- трудовая деятельность.	через обруч. Игровая. «Прыгни - присядь», «Стоп». Трудовая. Уборка инвентаря.		двигательную активность при выполнении прыжков; - доброжелательно относится к сверстникам и взрослым; - выполняет указания педагога (инструктора).
--	--------------------------	---	--	--

3 неделя (три занятия, первое – на повторение основных мониторинговых заданий, второе и третье - на результат развития)

Образовательная область. Цель. Задача.	Тема	Виды и формы совместной образовательной деятельности	Индивидуальные эталоны усвоения и самостоятельная деятельность	Целевые ориентиры (результат)
Физическое развитие. Цель: создание условий для приобретения опыта в двигательной деятельности, направленных на развитие двигательных качеств с учетом требований итогового мониторинга. Задача: закрепить навыки по накоплению опыта в двигательной деятельности, направленных на развитие двигательных качеств в процессе	Тема третьей недели «Ползание. Лазание. Метание» Мониторинговые задания. Краткое содержание: - выполнение мониторинговых заданий, выполнение программных требований по теме «Ползание. Лазание. Метание»; - игровая деятельность; - трудовая деятельность.	Двигательная. Мониторинговые задания «Ползание. Лазание». Ползание на четвереньках по гимнастической скамейке. Ползание на животе, спине, подтягивание руками. Лазание по веревочной лестнице. Переход с пролета на пролет гимнастической стенки по диагонали. Влезать на канат на доступную высоту. «Метание, ловля, бросание» Перебрасывать мяч друг другу из-за головы. Бросание мяча вверх, о землю. Перебрасывать мяч через сетку. Метание в горизонтальную и вертикальную цели. Метание вдаль на 8 - 10 метров. Трудовая. Уборка инвентаря.	Выполнение заданий педагога. Уборка инвентаря.	- ребенок выполняет разные виды ползания и лазания: на четвереньках по гимнастической скамейке, ползание на животе, спине, подтягивание руками, лазание по веревочной лестнице, переход с пролета на пролет гимнастической стенки по диагонали; - успешно справляется с заданиями по ловле и бросанию мяча, метанием в горизонтальную и вертикальную цели. - доброжелательно относится к сверстникам и взрослым; - выполняет указания педагога (инструктора). - может адекватно оценить

выполнения заданий с учетом требований итогового мониторинга.				свои успехи и успехи своих товарищей.
---	--	--	--	---------------------------------------

4 неделя (три занятия, первое – на повторение основных мониторинговых заданий, второе и третье - на результат развития)

Образовательная область. Цель. Задача.	Тема	Виды и формы совместной образовательной деятельности	Индивидуальные эталоны усвоения и самостоятельная деятельность	Целевые ориентиры результат)
Физическое развитие. Цель: создание условий для приобретения опыта в двигательной деятельности, направленных на развитие двигательных качеств с учетом требований итогового мониторинга. Задача: закрепить навыки по накоплению опыта в двигательной деятельности, направленных на развитие двигательных качеств в процессе выполнения заданий с учетом требований итогового мониторинга.	Тема третьей недели «Взаимодействие и сотрудничество в игровой двигательной деятельности». Краткое содержание: Итоговый мониторинг по теме «Игровое сотрудничество педагога и ребенка в игре»	Коммуникативная. Беседа о помощи и взаимодействии в игре» Двигательная. Мониторинговые задания по теме «Игровое сотрудничество педагога и ребенка в игре». Совместные игровые упражнения «Кто выше прыгнет?» (в высоту). «Мяч водящему». Эстафеты: «Кто быстрее?» (бег). Детский баскетбол. Комбинированная эстафета: ползание по скамейке с подтягиванием руками; прыжки через скакалку; ползание под дугой. Трудовая. Уборка инвентаря.	Участие в беседе. Выполнение вместе с педагогом (инструктором) игровых упражнений. Участие в эстафетах. Уборка инвентаря.	- ребенок проявляет активный интерес к совместным игровым действиям; - ребенок доброжелательно относится к сверстникам и взрослым; - выполняет указания педагога (инструктора).

Итоговый мониторинг (модель) освоения детьми образовательной области «Физическое развитие»
Оценка освоения основных движений детьми дошкольного возраста (оценка двигательного опыта детей в баллах)

Показатели	Оценка
6. Все элементы упражнения выполняются в полном соответствии с заданием и схемой движения	Пять баллов (отлично)
7. При выполнении простых программных движений (теста) допущена одна ошибка, существенно не изменяющая характер движения и результат.	Четыре балла (хорошо)
8. Простые программные движения выполняются с большим трудом, имеются значительные ошибки, отступления от задания.	Три балла (удовлетворительно)
9. Упражнения практически не выполняются, однако, ребенок делает попытки к его выполнению.	Два балла (неудовлетворительно)
10. Ребенок не предпринимает попыток к выполнению двигательных заданий, физически не в состоянии выполнить его.	Ноль баллов (плохо)

Качественные показатели освоения элементов техники основных движений детей 6 - 7 лет

Основные движения	Показатель
Ходьба и бег	Ходьба в разных построениях(в колонне по одному, парами, тройками, в круге, в шеренге). Ходьба обычным, гимнастическим, с крестными шагами. Ходьба с выпадами. Ходьба по гимнастической скамейке. Бег. Бегать легко, медленно, быстро (стремительно), через препятствия, спиной вперед, с сохранением направления и равновесия. Бег с предметами. Со скакалкой, с мячом. Бегать из разных стартовых позиций. Бег – 30метров (7,5 секунд).
Прыжки	Прыжки на двух ногах на месте. Прыжки с поворотом кругом Прыжки боком с зажатым между ног мячом. Прыжки с продвижением вперед на 4 – 5 метров. Прыжки в длину с места (85– 95 сантиметров). Прыжки в длину с разбега (160 сантиметров).Прыжки в высоту с разбега (45 сантиметров). Прыжки через короткую и длинную скакалку. Прыжки через обруч.

Ползание, лазание, метание, ловля, бросание.	«Ползание. Лазание» Ползание на четвереньках по гимнастической скамейке. Ползание на животе, спине, Подтягивание руками. Лазание по веревочной лестнице. Переход с пролета на пролет гимнастической стенки по диагонали. «Метание, ловля, бросание» Перебрасывать мяч друг другу из – за головы. Бросание мяча вверх, о землю. Перебрасывать мяч через сетку. Метание в горизонтальную и вертикальную цели. Метание вдаль на 8 - 10 метров.
«Взаимодействие и сотрудничество в игровой двигательной деятельности»	«Взаимодействие и сотрудничество в игровой двигательной деятельности» Результат взаимодействия: развитие детской любознательности, инициативы, познавательной активности, потребность в двигательной деятельности и физическом совершенствовании.

Возрастно – половые показатели развития двигательных качеств у детей 6 - 7 лет

Пол	Бег на 10 м, с	Бег на 30 м, с	Бег на расстояние, с*	Метание набивного мяча, см	Метание мешочка с песком вдаль, м		Прыжок в длину с места, см	Прыжок в высоту с места, см	Статическое равновесие, с	Сила кисти рук, кг		Становая сила, кг
					Правая рука	Левая рука				Правая рука	Левая рука	
Мальчики	2,2- 2,0	7,8–7,0	-	450 - 570	6,7 – 7,5	5,8 – 6,0	116 - 123	22 - 26	40 - 60	11	10,5	20 - 25
Девочки	2,4- 2,2	7,8-7,5	-	340 - 520	4,0 – 4,6	4,0 – 4,4	111 - 123	21 - 24	40 - 60	10	9	19 - 21

*Расстояние и время пробега на дистанции на выносливость колеблется у детей в больших пределах, поэтому в таблице не приводится.

Стандартное оборудование для занятий по физической культуре для детей 6 - 7 лет

Тип оборудования	Наименование	Размеры, масса	Кол-во на группу
Для ходьбы, бега, равновесия	Балансир-волчок		1
	Коврик массажный		10
	Шнур короткий (плетеный)	Длина 75 см	5
Для прыжков	Обруч малый	Диаметр 55-65 см	5
	Скакалка короткая	Длина 100-120 см	5
Для катания, бросания, ловли	Кегли (набор)		3
	Кольцеброс (набор)		2
	Мешочек малый с грузом	Масса 150-200 г	5
	Мяч большой	Диаметр 18-20 см	5
	Мешочек с грузом большой	Масса 400 г	2
	Мяч для мини-баскетбола	Масса 0,5 кг	2
	Мяч утяжеленный (набивной)	Масса 350 г, 500 г, 1 кг	1
	Мяч-массажер		2
	Обруч большой	Диаметр 100 см	2
	Серсо (набор)		2
Для ползания и лазанья	Комплект мягких модулей (6-8 сегментов)		1
Для общеразвивающих упражнений	Гантели детские		10
	Кольцо малое	Диаметр 13 см	10
	Лента короткая	Длина 50-60 см	10
	Мяч средний	Диаметр 10-12 см	10
	Палка гимнастическая короткая	Длина 80 см	10

Литература

1. Аксенова Н. Формирование двигательной активности. Старший дошкольный возраст//Дошкольное воспитание №6. -2000.
2. Алексеева Н.П. Воспитание игровой деятельности. Книга для учителя. – М: «Просвещение».
3. Антонов Ю.Е. «Здоровый дошкольник 21 века», М., 2000 г.
4. Бабаева Т.И., Гогоберидзе А.Г. и др. Мониторинг в детском саду. Научно – методическое пособие. Санкт-Петербург «Детство-пресс», 2011
5. Болотина Л.Р., Комарова Т.С., Баранов С.П. Дошкольная педагогика: Учебное пособие для студентов сред.пед.учебн.заведений.- М.: Изд. Центр «Академия»,1998.
6. Быкова А.И. Подвижные игры в организации жизни детей и педагогическое руководство ими // Роль игры в д/с. – М.: АПН РСФСР, 1961.
7. Викулов А.Д. «Развитие физических способностей детей», Ярославль, 1996 г.
8. Гориневский В.В., Марц В.Г., Родин А.Ф. Игры и развлечения: Сборник, 3 изд, перераб. и дополн. – М.: Молодая гвардия, 1924.-
9. Дегтярев И.П. Физическое развитие. Киев 2005
10. Жуковская Р.И. Игра и ее педагогическое значение. – М., 1975
11. Змановский Ю.Ф. Воспитательно-оздоровительная работа в дошкольных учреждениях // Дошкольное воспитание. 1993, № 9, с. 23-25.
12. Кудрявцев В.Т. Программа развития двигательной активности и оздоровительной работы с детьми 4-7 лет.-М., 1998.
13. Кенеман А.В., Хухлаева Д.В. Теория и методика физического воспитания детей дошкольного возраста. – М: Просвещение, 1974.
14. Кенеман А.В., Осокина Т.И. Теория и методика физического воспитания детей дошкольного возраста. – М: Просвещение, 1984.
15. Кенеман А.В., Осокина Т.И. «Детские народные подвижные игры», М., 1995 г.
16. Кистяковская М.Ю. Физическое воспитание детей дошкольного возраста. – М: Педагогика, 1978.
17. Клевенко В.М. Быстрота как развитие физических качеств. - Москва 2008. - 290 с.
18. Кудрявцев В.Т., Егоров Б.Б. «Развивающая педагогика оздоровления».- М.,2000 г.
19. Лайзане С. Я. Физическая культура для малышей: Кн. для воспитателя дет. сада. - М.: Просвещение, 2002. - 160 с.: ил.
20. Литвинова Т.И., «Русские народные подвижные игры», М., 1986 г.
21. Миронова Р.М. Игра в развитии активности детей: Кн.для учителя .- Мн.: Нар. Асвета, 1989.
22. Новоселова С.Л. О новой классификации детских игр//Дошкольное воспитание. – 1997. - №3. – С.84-87.
23. Осокина Т.И. Физическая культура в детском саду. – Издание 3-е, переработанное. М:Просвещение, 1985.
24. Пензулаева Л. И. Физкультурные занятия с детьми 5 - 6 лет: Пособие для воспитателя дет. сада. - М.: Просвещение, 2003. - 143 с.: ил.
25. Планирование организованной образовательной деятельности воспитателя с детьми (по программе «От рождения до школы» под ред. Н.Е. Вераксы, Т.С.Комаровой, М.А. Васильевой) Издательство «Учитель», Волгоград, 2015