

ДЕТСКИЙ САД «СКАЗКА»
МУНИЦИПАЛЬНОГО БЮДЖЕТНОГО ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОГО УЧРЕЖДЕНИЯ
АЛТАЙСКАЯ СРЕДНЯЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ШКОЛА № 5

659650 Россия, Алтайский край, Алтайский район, с. Алтайское, ул. Партизанская, 18.

Принято
педагогическим советом
детского сада «Сказка»
МБОУ АСОШ №5
Протокол № 1
от «27» 08 2024 г.

Согласовано
Заместителем директора по
дошкольному образованию
« » 2024 г.
 А.Н.Черепановой



Утверждено
приказом № 1411
от «08» 2024 г.
МБОУ АСОШ №5
О.В. Саначина

Рабочая программа
дошкольного образования по физической культуре
для младшей, средней, старшей, подготовительной групп детского сада
«Сказка» муниципального бюджетного общеобразовательного учреждения
Алтайская средняя общеобразовательная школа №5.

на 2024-2025 учебный год.

Разработчик:
Миненко С.А., инструктор
по физической культуре

с. Алтайское
2024 г.

Пояснительная записка.

Рабочая программа дошкольного образования по физической культуре для младшей, средней, старшей, подготовительной групп детского сада «Сказка» муниципального бюджетного общеобразовательного учреждения Алтайской средней общеобразовательной школы № 5 (далее – Программа) разработана в соответствии с федеральным государственным образовательным стандартом дошкольного образования (утвержден приказом Минобрнауки России от 17 октября 2013 г. № 1155, зарегистрировано в Минюсте России 14 ноября 2013 г., регистрационный № 30384; в редакции приказа Минпросвещения России от 8 ноября 2022 г. № 955, зарегистрировано в Минюсте России 6 февраля 2023 г., регистрационный № 72264) (далее – ФГОС ДО) и федеральной образовательной программой дошкольного образования (утверждена приказом Минпросвещения России от 25 ноября 2022 г. № 1028, зарегистрировано в Минюсте России 28 декабря 2022 г., регистрационный № 71847) (далее – ФОП ДО).

Программа позволяет реализовать несколько основополагающих функций дошкольного уровня образования:

- 1) обучение и воспитание ребенка дошкольного возраста как гражданина Российской Федерации, формирование основ его гражданской и культурной идентичности на соответствующем его возрасту содержании доступными средствами;
- 2) создание единого ядра содержания дошкольного образования (далее - ДО), ориентированного на приобщение детей к традиционным духовно-нравственным и социокультурным ценностям российского народа, воспитание подрастающего поколения как знающего и уважающего историю и культуру своей семьи, большой и малой Родины;
- 3) создание единого федерального образовательного пространства воспитания и обучения детей от рождения до поступления в общеобразовательную организацию, обеспечивающего ребенку и его родителям (законным представителям) равные, качественные условия ДО, вне зависимости от места проживания

Программа состоит из обязательной части и части, формируемой участниками образовательных отношений. Обязательная часть Программы соответствует Федеральной образовательной программе дошкольного образования и составляет не менее 60% от общего объема Программы. Часть, формируемая участниками образовательных отношений составляет не более 40%.

Обязательная часть Программы обеспечивает:

- воспитание и развитие ребенка дошкольного возраста как гражданина Российской Федерации, формирование основ его гражданской и культурной идентичности на доступном его возрасту содержании доступными средствами;
- создание единого ядра содержания дошкольного образования (далее – ДО), ориентированного на приобщение детей к духовно-нравственным и социокультурным ценностям российского народа, воспитание подрастающего поколения как знающего и уважающего историю и культуру своей семьи, большой и малой Родины;
- создание единого федерального образовательного пространства воспитания и обучения детей от рождения до поступления в начальную школу, обеспечивающего ребенку и его родителям (законным представителям), равные, качественные условия ДО, вне зависимости от места и региона проживания.

Часть, формируемая участниками образовательных отношений, ориентирована на:

- специфику национальных, социокультурных и иных условий, в том числе региональных, в которых осуществляется образовательная деятельность;
- приоритетные направления детского сада;
- сложившиеся традиции детского сада;
- образовательную программу детского сада «Я живу на Алтайской земле», разработанную педагогическим коллективом детского сада на основе Программы патриотического воспитания дошкольников под ред. О.В. Дыбиной. – Ульяновск, 2014. – 210 с

Программа отвечает образовательному запросу социума, обеспечивает развитие личности детей дошкольного возраста в различных видах общения и деятельности с учетом их

возрастных, индивидуальных, психологических и физиологических особенностей, в том числе достижение детьми дошкольного возраста уровня развития, необходимого и достаточного для успешного освоения ими образовательных программ начального общего образования, на основе индивидуального подхода к детям дошкольного возраста и специфичных для детей дошкольного возраста видов деятельности.

Программа строится с учетом возрастных и индивидуальных особенностей воспитанников и реализуется в работе с воспитанниками от 2 до 7 лет в группе общеразвивающей направленности.

Срок реализации Программы: 1 год.

Программа реализуется на государственном языке Российской Федерации - русском.

1. ЦЕЛЕВОЙ РАЗДЕЛ

Обязательная часть программы

1.1. Цели и задачи реализации Программы

Цели и задачи Программы соответствуют п.п. 1.5, 1.6 ФГОС ДО и п.14.1, 14.2 ФОП ДО.

Цель Программы: разностороннее развитие ребенка в период дошкольного детства с учетом возрастных и индивидуальных особенностей на основе духовно-нравственных ценностей русского народа, исторических и национально-культурных традиций.

Задачи:

1. Обеспечение единых для Российской Федерации содержания ДО и планируемых результатов освоения образовательной программы ДО;
2. Приобщение детей (в соответствии с возрастными особенностями) к базовым ценностям русского народа - жизнь, достоинство, права и свободы человека, патриотизм, гражданственность, высокие нравственные идеалы, крепкая семья, созидательный труд, приоритет духовного над материальным, гуманизм, милосердие, справедливость, коллективизм, взаимопомощь и взаимоуважение, историческая память и преемственность поколений, единство народов России; создание условий для формирования ценностного отношения к окружающему миру, становления опыта действий и поступков на основе осмысления ценностей;
3. Построение (структурирование) содержания образовательной деятельности на основе учета возрастных и индивидуальных особенностей развития;
4. Создание условий для равного доступа к образованию для всех детей дошкольного возраста с учетом разнообразия образовательных потребностей и индивидуальных возможностей;
5. Охрана и укрепление физического и психического здоровья детей, в том числе их эмоционального благополучия;
6. Обеспечение развития физических, личностных, нравственных качеств и основ патриотизма, интеллектуальных и художественно-творческих способностей ребенка, его инициативности, самостоятельности и ответственности;
7. 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;
8. Достижение детьми на этапе завершения ДО уровня развития, необходимого и достаточного для успешного освоения ими образовательных программ начального общего образования.

1.2. Принципы и подходы к формированию Программы

Принципы и подходы к формированию Программы соответствуют п. 1.4. ФГОС ДО с дополнениями п. 14.3. ФОП ДО:

- 1) полноценное проживание ребенком всех этапов детства (младенческого, раннего и дошкольного возраста), обогащение (амплификация) детского развития;
- 2) построение образовательной деятельности на основе индивидуальных особенностей каждого ребенка, при котором сам ребенок становится активным в выборе содержания своего

образования, становится субъектом образования;

3) содействие и сотрудничество детей и родителей (законных представителей), совершеннолетних членов семьи, принимающих участие в воспитании детей младенческого, раннего и дошкольного возрастов, а также педагогических работников² (далее вместе – взрослые);

4) признание ребёнка полноценным участником (субъектом) образовательных отношений;

5) поддержка инициативы детей в различных видах деятельности;

6) сотрудничество ДОО с семьей;

7) приобщение детей к социокультурным нормам, традициям семьи, общества и государства;

8) формирование познавательных интересов и познавательных действий ребенка

в различных видах деятельности;

9) возрастная адекватность дошкольного образования (соответствие условий, требований, методов возрасту и особенностям развития);

10) учет этнокультурной ситуации развития детей.

Основные подходы к формированию Программы

Программа:

- сформирована на основе требований ФГОС ДО и ФОП ДО, предъявляемых к структуре образовательной программы дошкольного образования;
- определяет содержание и организацию образовательной деятельности на уровне дошкольного образования;
- обеспечивает развитие личности детей дошкольного возраста в различных видах общения и деятельности с учетом их возрастных, индивидуальных, психологических и физиологических особенностей;
- сформирована как программа психолого-педагогической поддержки позитивной социализации и индивидуализации, развития личности детей дошкольного возраста и определяет комплекс основных характеристик дошкольного образования (базовые объем, содержание и планируемые результаты освоения Программы).

1.3. Значимые для разработки Программы характеристики, в том числе характеристики особенностей развития детей раннего и дошкольного возраста

Детский сад «Сказка» работает в режиме 5-дневной недели; выходные дни - суббота, воскресенье, праздничные дни, в соответствии с законодательством РФ.

Время пребывания детей: с 7.30 до 18.00 (10,5 часов)

В детском саду функционирует 6 возрастных групп, посещают учреждение 124 воспитанника.

- вторая группа раннего возраста (от 2 до 3 лет) – 1;
- младшая группа (от 3 до 4 лет) – 1;
- средняя группа (от 4 до 5 лет) – 1;
- старшая группа (от 5 до 6 лет) – 2;
- подготовительная к школе группа (от 6-7 лет)

Характеристики особенностей развития детей раннего возраста

третий год жизни

Росто-весовые характеристики

Средний вес мальчиков составляет 14,9 кг, девочек – 14,8 кг. Средняя длина тела у мальчиков до 95,7 см, у девочек – 97,3 см.

Функциональное созревание

Продолжаются рост и функциональное развитие внутренних органов, костной,

мышечной и центральной нервной системы. Совершенствуются формы двигательной активности.

Развитие моторики. Дифференциация развития моторики у мальчиков и девочек. У мальчиков опережающее развитие крупной моторики (к трем годам мальчики могут осваивать езду на велосипеде); у девочек опережающее развитие мелкой моторики (координированные действия с мелкими предметами).

Психические функции. Продолжает развиваться предметная деятельность, ситуативно-деловое общение ребенка со взрослым; совершенствуются восприятие, речь, начальные формы произвольного поведения, игры, наглядно-действенное мышление. Развитие предметной деятельности связано с усвоением культурных способов действия с различными предметами. Развиваются действия соотносящие и орудийные. Умение выполнять орудийные действия развивает произвольность, преобразуя натуральные формы активности в культурные на основе предлагаемой взрослыми модели, которая выступает в качестве не только объекта подражания, но и образца, регулирующего собственную активность ребенка. В ходе совместной со взрослыми предметной деятельности продолжает развиваться понимание речи. Слово отделяется от ситуации и приобретает самостоятельное значение. Дети продолжают осваивать названия окружающих предметов, учатся выполнять простые словесные просьбы взрослых в пределах видимой наглядной ситуации. Количество понимаемых слов значительно возрастает. Совершенствуется регуляция поведения в результате обращения взрослых к ребенку, который начинает понимать не только инструкцию, но и рассказ взрослых.

Интенсивно развивается активная речь детей. К трем годам они осваивают основные грамматические структуры, пытаются строить простые предложения, в разговоре со взрослым используют практически все части речи. Активный словарь достигает примерно 1000-1500 слов. К концу третьего года жизни речь становится средством общения ребенка со сверстниками.

К третьему году жизни совершенствуются зрительные и слуховые ориентировки, что позволяет детям безошибочно выполнять ряд заданий: осуществлять выбор из двух-трех предметов по форме, величине и цвету; различать мелодии; петь. Совершенствуется слуховое восприятие, прежде всего фонематический слух. К трем годам дети воспринимают все звуки родного языка, но произносят их с большими искажениями.

Основной формой мышления становится наглядно-действенная. Ее особенность заключается в том, что возникающие в жизни ребенка проблемные ситуации разрешаются путем реального действия с предметами. Размышляя об отсутствующих людях или предметах, дети начинают использовать их образы. Третий год жизни знаменуется появлением символического мышления - способности по запечатленным психологическим образам-символам предметов воспроизводить их в тот или иной момент. Теперь они могут проделывать некоторые операции не с реальными предметами, а с их образами, и эти мысленные операции - свидетельство значительно более сложной, чем прежде, работы детского мышления. Переход от конкретно-чувственного «мышления» к образному может осуществляться на протяжении двух лет. **Детские виды деятельности.** В этом возрасте у детей формируются новые виды деятельности: игра, рисование, конструирование. Игра носит процессуальный характер, главное в ней - действия. Они совершаются с игровыми предметами, приближенными к реальности. В середине третьего года жизни появляются действия с предметами-заместителями

Появление собственно изобразительной деятельности обусловлено тем, что ребенок уже способен сформулировать намерение изобразить какой-либо предмет. Типичным является изображение человека в виде «головонога» - окружности и отходящих от нее линий.

Коммуникация и социализация. На третьем году жизни отмечается рост автономии и изменение отношений со взрослым, дети становятся самостоятельнее. Начинает формироваться критичность к собственным действиям.

Саморегуляция. Для детей этого возраста характерна неосознанность мотивов, импульсивность и зависимость чувств и желаний от ситуации. Дети легко заражаются эмоциональным состоянием сверстников. Однако в этот период начинает складываться и

произвольность поведения. Она обусловлена развитием орудийных действий и речи.

Личность. У детей появляются чувства гордости и стыда, начинают формироваться элементы самосознания, связанные с идентификацией с именем и полом. Ребенок осознает себя как отдельного человека, отличного от взрослого. У него формируется образ Я. Завершается ранний возраст кризисом трех лет, который часто сопровождается рядом отрицательных проявлений: негативизмом, упрямством, нарушением общения со взрослым и др. Кризис может продолжаться от нескольких месяцев до двух лет.

Дошкольный возраст (от трех до семи лет)

четвертый год жизни

Росто-весовые характеристики

Средний вес у мальчиков к четырем годам достигает 17 кг, у девочек – 16 кг. Средний рост у мальчиков к четырем годам достигает 102 см, а у девочек - 100,6 см.

Функциональное созревание

В данном возрасте уровень развития скелета и мышечной системы определяет возможность формирования осанки, свода стопы, базовых двигательных стереотипов.

Продолжается формирование физиологических систем организма: дыхания, кровообращения, терморегуляции, обеспечения обмена веществ.

Данный возраст характеризуется интенсивным созреванием нейронного аппарата проекционной и ассоциативной коры больших полушарий.

Психические функции. В три-четыре года память ребенка носит произвольный, непосредственный характер. Наряду с произвольной памятью, начинает формироваться и произвольная память. Ребенок запоминает эмоционально значимую информацию. На основе накопления представлений о предметах окружающего мира у ребенка интенсивно развивается образное мышление, воображение. Продолжается формирование речи, накопление словаря, развитие связной речи.

В три-четыре года внимание ребёнка носит произвольный, непосредственный характер. Отмечается двусторонняя связь восприятия и внимания – внимание регулируется восприятием (увидел яркое – обратил внимание). В младшем дошкольном возрасте развивается перцептивная деятельность. Дети от использования предэталонов — индивидуальных единиц восприятия — переходят к сенсорным эталонам — культурно выработанным средствам восприятия. К концу младшего дошкольного возраста дети могут воспринимать до пяти и более и более цветов, способны дифференцировать предметы по величине, ориентироваться в пространстве группы детского сада, а при определенной организации образовательного процесса и во всех знакомых ему помещениях образовательной организации.

Детские виды деятельности. Система значимых отношений ребенка с социальной средой определяется возможностями познавательной сферы, наличием образного мышления, наличием самосознания и начальными формами произвольного поведения (действие по инструкции, действие по образцу). Социальная ситуация развития характеризуется выраженным интересом ребенка к системе социальных отношений между людьми (мама-дочка, врач-пациент), ребенок хочет подражать взрослому, быть «как взрослый». Противоречие между стремлением быть «как взрослый» и невозможностью непосредственного воплощения данного стремления приводит к формированию игровой деятельности, где ребенок в доступной для него форме отображает систему человеческих взаимоотношений, осваивает и применяет нормы и правила общения и взаимодействия человека в разных сферах жизни.

Игра детей в три-четыре года отличается однообразием сюжетов, где центральным содержанием игровой деятельности является действие с игрушкой, игра протекает либо в индивидуальной форме, либо в паре, нарушение логики игры ребенком не опротестовывается.

В данный период начинают формироваться продуктивные виды деятельности,

формируются первичные навыки рисования, лепки, конструирования. Графические образы пока бедны, у одних детей в изображениях отсутствуют детали, у других рисунки могут быть более детализированы. Дети начинают активно использовать цвет.

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

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

Коммуникация и социализация. В общении со взрослыми, наряду с ситуативно-деловой формой общения, начинает интенсивно формироваться внеситуативно-познавательная форма общения, формируются основы познавательного общения. Со сверстниками интенсивно формируется ситуативно-деловая форма общения, что определяется становлением игровой деятельности и необходимостью согласовывать действия с другим ребенком в ходе игрового взаимодействия. Положительно-индифферентное отношение к сверстнику, преобладающее в раннем возрасте, сменяется конкурентным типом отношения к сверстнику, где другой ребенок выступает в качестве средства самопознания.

Саморегуляция. В три года у ребенка преобладает ситуативное поведение, произвольное поведение, в основном, регулируется взрослым. При этом, ребенок может действовать по инструкции, состоящей из 2-3 указаний. Слово играет в большей степени побудительную функцию, по сравнению с функцией торможения. Эмоции выполняют регулирующую роль, накапливается эмоциональный опыт, позволяющий предвосхищать действия ребенка.

Личность и самооценка. У ребенка начинает формироваться периферия самосознания, дифференцированная самооценка. Ребенок, при осознании собственных умений, опирается на оценку взрослого, к четырем годам ребенок начинает сравнивать свои достижения с достижениями сверстников, что может повышать конфликтность между детьми. Данный возраст связан с дебютом личности.

пятый год жизни

Росто-весовые характеристики

Средний вес девочек изменяется от 16 кг в четыре года до 18,4 кг в пять лет, у мальчиков – от 17 кг в четыре года до 19,7 кг в пять лет. Средняя длина тела у девочек изменяется от 100 см в четыре года до 109 см в пять лет, у мальчиков – от 102 см в четыре года до 110 см в пять лет.

Функциональное созревание

Данный возраст характеризуется интенсивным созреванием нейронного аппарата ассоциативной коры больших полушарий. Возрастное специализации корковых зон и межполушарных связей. Правое полушарие является ведущим.

Продолжается развитие скелета, мышц, изменяются пропорции тела. Слабо, но проявляются различия в строении тела мальчиков и девочек.

Психические функции. Ведущим психическим процессом в данном возрасте является память. В четыре-пять лет интенсивно формируется произвольная память, но эффективность произвольного запоминания выше, чем произвольного. Начинает формироваться опосредованная память, но непосредственное запоминание преобладает. Возрастают объем памяти, дети запоминают до 7-8 названий предметов.

К концу пятого года жизни восприятие становится более развитым. Интеллектуализация процессов восприятия – разложение предметов и образов на сенсорные эталоны. Восприятие опосредуется системой сенсорных эталонов и способами обследования. Наряду с действиями идентификации и приравнивания к образцу, интенсивно формируются перцептивные действия наглядного моделирования (в основном, через продуктивные виды деятельности). Дети способны упорядочить группы предметов по сенсорному признаку — величине, цвету; выделить такие параметры, как высота, длина и ширина. Совершенствуется ориентация в пространстве. Основной характеристикой мышления детей четырех-пяти лет является эгоцентризм. Наряду с интенсивным развитием образного мышления и расширением кругозора, начинает формироваться наглядно-схематическое мышление.

Интенсивно формируется воображение. Формируются такие его особенности, как беглость, гибкость. С четырех лет внимание становится произвольным, увеличивается устойчивость произвольного внимания. На пятом году жизни улучшается произношение звуков и дикция, расширяется словарь, связная и диалогическая речь. Речь становится предметом активности детей. Для детей данного возраста характерно словотворчество. Интерес вызывают ритмическая структура речи, рифмы. Развивается грамматическая сторона речи. В период четырех-пяти лет формируются основы познавательной активности и любознательности.

Детские виды деятельности. На пятом году жизни ребенок осваивает сложную систему норм и правил, принятых в социуме. Формируется развернутая сюжетно-ролевая игра, где центральным содержанием выступает моделирование системы человеческих отношений в ходе выполнения игровой роли. В данном возрасте в игре дети различают игровые и реальные отношения, характерна ролевая речь. Конфликты чаще возникают в ходе распределения ролей, роли могут меняться в ходе игры. Игра носит процессуальный, творческий характер. Детям доступны игры с правилами, дидактические игры. Развивается изобразительная деятельность. Совершенствуется техническая сторона изобразительной деятельности, замысел смещается с конца на начало рисования. Дети могут рисовать основные геометрические фигуры, вырезать ножницами, наклеивать изображения на бумагу и т. д.

Усложняется конструирование. Формируются навыки конструирования по образцу, доступно конструирование по схеме, по условию и по замыслу, а также планирование последовательности действий.

Продуктивные виды деятельности способствуют развитию мелкой моторики рук.

Коммуникация и социализация. В общении со взрослыми интенсивно формируются внеситуативные формы общения, в частности – внеситуативно-познавательная форма общения, возраст «почемучек» приходится именно на четыре-пять лет. У детей формируется потребность в уважении со стороны взрослого, для них оказывается чрезвычайно важной его похвала. Это приводит к их повышенной обидчивости на замечания. Повышенная обидчивость представляет собой возрастной феномен. Со сверстниками продолжает формироваться ситуативно-деловая форма общения, что определяется развитием развернутой сюжетно-ролевой игры и совместными видами деятельности со сверстниками. При этом, характер межличностных отношений отличает ярко выраженный интерес по отношению к сверстнику, высокую значимость сверстника, ребенок болезненно реагирует на похвалу другого ребенка со стороны взрослых, конфликтность со сверстниками также характерна для данного возраста. В группе формируется стабильная структура взаимоотношений между детьми, определяющая социометрический статус каждого ребенка.

Саморегуляция. В период от четырех до пяти лет существенно возрастает роль регулятивных механизмов поведения. Потребность в самовыражении (стремление быть компетентным в доступных видах деятельности) определяет развитие произвольности. В игре ребенок может управлять собственным поведением, опираясь на систему правил, заложенных в данной роли. Ребенку доступно осознание основных правил поведения в ходе общения и поведения в социуме. Речь начинает выполнять роль планирования и регуляции поведения. Интенсивно формируются социальные эмоции (чувство стыда, смущение, гордость, зависть, переживание успеха-неуспеха и др.).

Личность и самооценка. У ребенка интенсивно формируется периферия самосознания, продолжает формироваться дифференцированная самооценка. Оценка взрослого, оценка взрослым других детей, а также механизм сравнения своих результатов деятельности с результатами других детей оказывают существенное влияние на характер самооценки и самосознания. Появляется краткосрочная временная перспектива (вчера-сегодня-завтра, было-будет).

шестой год жизни

Росто-весовые характеристики

Средний вес у мальчиков изменяется от 19,7 кг в пять лет до 21,9 кг в шесть лет, у девочек – от 18,5 кг в пять лет до 21,3 кг в шесть лет. Средняя длина тела у мальчиков от

110,4 см в пять лет до 115,9 см в шесть лет, у девочек – от 109,0 см в пять лет до 115,7 см в шесть лет.

Функциональное созревание

Развитие центральной нервной и опорно-двигательной систем, зрительно-моторной координации позволяет ребенку значительно расширить доступный набор двигательных стереотипов.

Психические функции. В период от пяти до шести лет детям доступно опосредованное запоминание. Эффективность запоминания с помощью внешних средств (картинок, пиктограмм) может возрастать в 2 раза. В старшем дошкольном возрасте продолжает развиваться образное мышление. Дети способны не только решить задачу в наглядном плане, но и совершить преобразования объекта, указать, в какой последовательности объекты вступят во взаимодействие и т.д. Эгоцентризм детского мышления сохраняется. Основой развития мыслительных способностей в данном возрасте является наглядно-схематическое мышление, начинают развиваться основы логического мышления. Формируются обобщения, что является основой словесно-логического мышления. Интенсивно формируется творческое воображение. Наряду с образной креативностью, интенсивно развивается и вербальная креативность по параметрам беглости, гибкости, оригинальности и разработанности. Увеличивается устойчивость, распределение, переключаемость внимания. Развитие речи идет в направлении развития словаря, грамматической стороны речи, связной речи, ребенку доступен фонематический анализ слова, что является основой для освоения навыков чтения. Проявляется любознательность ребенка, расширяется круг познавательных интересов. Складывается первичная картина мира.

Детские виды деятельности. У детей шестого года жизни отмечается существенное расширение регулятивных способностей поведения, за счет усложнения системы взаимоотношений со взрослыми и со сверстниками. Творческая сюжетно-ролевая игра имеет сложную структуру. В игре могут принимать участие несколько детей (до 5-6 человек). Дети шестого года жизни могут планировать и распределять роли до начала игры и строят свое поведение, придерживаясь роли. Игровое взаимодействие сопровождается речью, соответствующей взятой роли по содержанию и интонационно. Нарушение логики игры не принимается и обосновывается. При распределении ролей могут возникать конфликты, связанные с субординацией ролевого поведения, а также нарушением правил. Сюжеты игр становятся более разнообразными, содержание игр определяется логикой игры и системой правил. Интенсивно развиваются продуктивные виды деятельности, которые способствуют развитию творческого воображения и самовыражения ребенка.

Детям доступны рисование, конструирование, лепка, аппликация по образцу, условию и по замыслу самого ребенка. Необходимо отметить, что сюжетно-ролевая игра и продуктивные виды деятельности в пять-шесть лет приобретают целостные формы поведения, где требуется целеполагание, планирование деятельности, осуществление действий, контроль и оценка. Продуктивные виды деятельности могут осуществляться в ходе совместной деятельности.

Коммуникация и социализация. В общении со взрослыми интенсивно формируются внеситуативно-познавательная и внеситуативно-личностная форма общения. У детей формируется потребность в самоутверждении через возможность соответствовать нормам, правилам, ожиданиям, транслируемым со стороны взрослых. Со сверстниками начинает формироваться внеситуативно-деловая форма общения, что определяется возрастающим интересом к личности сверстника, появляются избирательные отношения, чувство привязанности к определенным детям, дружба. Характер межличностных отношений отличается выраженный интерес по отношению к сверстнику, высокую значимость сверстника, возрастанием просоциальных форм поведения. Детские группы характеризуются стабильной структурой взаимоотношений между детьми.

Саморегуляция. В период от пяти до шести лет начинают формироваться устойчивые представления о том, «что такое хорошо» и «что такое плохо», которые становятся внутренними регуляторами поведения ребенка. Формируется произвольность поведения, социально значимые мотивы начинают управлять личными мотивами.

Личность и самооценка. Складывается первая иерархия мотивов. Формируется дифференцированность самооценки. Преобладает высокая, неадекватная самооценка. Ребенок стремится к сохранению позитивной самооценки.

седьмой год жизни

Росто-весовые характеристики

Средний вес мальчиков к семи годам достигает 24,9 кг, девочек – 24,7 кг. Средняя длина тела у мальчиков к семи годам достигает 123,9, у девочек – 123,6 см.

В период от пяти до семи лет наблюдается выраженное увеличение скорости роста тела ребенка в длину (*«полуростовой скачок роста»*), причем конечности в это время растут быстрее, чем туловище. Изменяются кости, формирующие облик лица.

Функциональное созревание

Уровень развития костной и мышечной систем, наработка двигательных стереотипов отвечают требованиям длительных подвижных игр. Скелетные мышцы детей этого возраста хорошо приспособлены к длительным, но не слишком высоким по точности и мощности нагрузкам.

Качественные изменения в развитии телесной сферы ребенка (полуростовой скачок) отражает существенные изменения в центральной нервной системе. К шести-семи годам продолжительность необходимого сна составляет 9-11 часов, при этом длительность цикла сна возрастает до 60-70 минут, по сравнению с 45-50 минутами у детей годовалого возраста, приближаясь к 90 минутам, характерным для сна детей старшего возраста и взрослых. Важнейшим признаком морфофункциональной зрелости становится формирование тонкой биомеханики работы кисти ребенка. К этому возрасту начинает формироваться способность к сложным пространственным программам движения, в том числе к такой важнейшей функции как письму – отдельные элементы письма объединяются в буквы и слова.

К пяти-шести годам в значительной степени развивается глазомер. Дети называют более мелкие детали, присутствующие в изображении предметов, могут дать оценку предметов в отношении их красоты, комбинации тех или иных черт.

Процессы возбуждения и торможения становятся лучше сбалансированными. К этому возрасту значительно развиваются такие свойства нервной системы, как сила, подвижность, уравновешенность. В то же время все эти свойства нервных процессов характеризуются неустойчивостью, высокой истощаемостью нервных центров. идентичности (представление о принадлежности к своей семье, национальная, религиозная принадлежность, соотнесение с названием своего места жительства, со своей культурой и страной); первичная картина мира, которая включает представление о себе, о других людях и мире в целом, чувство справедливости.

Психические функции. К шести-семи годам особую значимость приобретает процесс формирования «взрослых» механизмов восприятия. Формируется способность дифференцировать слабо различающиеся по физическим характеристикам и редко появляющиеся сенсорные стимулы. Качественные перестройки нейрофизиологических механизмов организации системы восприятия позволяют рассматривать этот период как *сенситивный* для становления когнитивных функций, в первую очередь произвольного внимания и памяти. Время сосредоточенного внимания, работы без отвлечений по инструкции достигает 10-15 минут.

Детям становятся доступны формы опосредованной памяти, где средствами могут выступать не только внешние объекты (картинки, пиктограммы), но и некоторые мыслительные операции (классификация). Существенно повышается роль словесного мышления, как основы умственной деятельности ребенка, все более обособляющегося от мышления предметного, наглядно-образного. Формируются основы словесно-логического мышления, логические операции классификации, сериации, сравнения. Продолжают развиваться навыки обобщения и рассуждения, но они еще ограничиваются наглядными признаками ситуации. Увеличивается длительность произвольного внимания (до 30 минут). Развитие речи характеризуется правильным произношением всех звуков родного языка, правильным построением предложений, способностью составлять рассказ по сюжетным и

последовательным картинкам. В результате правильно организованной образовательной работы у детей развивается диалогическая и некоторые виды монологической речи, формируются предпосылки к обучению чтению. Активный словарный запас достигает 3,5 - 7 тысяч слов.

Детские виды деятельности. Процессуальная сюжетно-ролевая игра сменяется результативной игрой (игры с правилами, настольные игры). Игровое пространство усложняется. Система взаимоотношений в игре усложняется, дети способны отслеживать поведение партнеров по всему игровому пространству и менять свое поведение в зависимости от места в нем.

Продуктивные виды деятельности выступают как самостоятельные формы целенаправленного поведения. Рисунки приобретают более детализированный характер, обогащается их цветовая гамма. Дети подготовительной к школе группы в значительной степени осваивают конструирование из различного строительного материала. Они свободно владеют обобщенными способами анализа как изображений, так и построек; не только анализируют основные конструктивные особенности различных деталей, но и определяют их форму на основе сходства со знакомыми им объемными предметами. Способны выполнять различные по степени сложности постройки как по собственному замыслу, так и по условиям.

Коммуникация и социализация. В общении со взрослыми интенсивно проявляется внеситуативно-личностная форма общения. В общении со сверстниками преобладает внеситуативно-деловая форма общения. Характер межличностных отношений отличается выраженным интересом по отношению к сверстнику, высокую значимость сверстника, возрастание просоциальных форм поведения, феномен детской дружбы, активно проявляется эмпатия, сочувствие, содействие, сопереживание. Детские группы характеризуются стабильной структурой взаимоотношений между детьми.

Саморегуляция. Формируется соподчинение мотивов. Социально значимые мотивы регулируют личные мотивы, «надо» начинает управлять «хочу». Выражено стремление ребенка заниматься социально значимой деятельностью. Происходит «потеря непосредственности» (по Л.С. Выготскому), поведение ребенка опосредуется системой внутренних норм, правил и представлений. Формируется система реально действующих мотивов, связанных с формированием социальных эмоций, актуализируется способность к «эмоциональной коррекции» поведения. Постепенно формируются предпосылки к произвольной регуляции поведения по внешним инструкциям. От преобладающей роли эмоциональных механизмов регуляции постепенно намечается переход к рациональным, волевым формам.

Личность и самооценка. Складывается иерархия мотивов. Формируется дифференцированность самооценки и уровень притязаний. Преобладает высокая, неадекватная самооценка. Ребенок стремится к сохранению позитивной самооценки. Формируются внутренняя позиция школьника; гендерная и полоролевая идентичность, основы гражданской

1.4. Планируемые результаты освоения Программы (ФОП ДО п.15)

В соответствии с ФГОС ДО, специфика дошкольного детства и системные особенности ДО делают неправомерными требования от ребенка дошкольного возраста конкретных образовательных достижений. Поэтому результаты освоения Программы представлены в виде целевых ориентиров ДО и представляют собой возрастные характеристики возможных достижений ребенка к завершению ДО.

Планируемые результаты: 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;
- ребёнок демонстрирует элементарные культурно-гигиенические навыки, владеет простейшими навыками самообслуживания (одевание, раздевание, самостоятельно ест и тому подобное);
- ребёнок стремится к общению со взрослыми, реагирует на их настроение; ребёнок проявляет интерес к сверстникам; наблюдает за их действиями и подражает им; играет рядом;
- ребёнок понимает и выполняет простые поручения взрослого; ребёнок стремится проявлять самостоятельность в бытовом и игровом поведении;
- ребёнок способен направлять свои действия на достижение простой, самостоятельно поставленной цели; знает, с помощью каких средств и в какой последовательности продвигаться к цели;
- ребёнок владеет активной речью, использует в общении разные части речи, простые предложения из 4-х слов и более, включенные в общение; может обращаться с вопросами и просьбами;
- ребёнок проявляет интерес к стихам, сказкам, повторяет отдельные слова и фразы за взрослым;
- ребёнок рассматривает картинки, показывает и называет предметы, изображенные на них;
- ребёнок различает и называет основные цвета, формы предметов, ориентируется в основных пространственных и временных отношениях;
- ребёнок осуществляет поисковые и обследовательские действия; ребёнок знает основные особенности внешнего облика человека, его деятельности; свое имя, имена близких; демонстрирует первоначальные представления о населенном пункте, в котором живет (город, село и так далее);
- ребёнок имеет представления об объектах живой и неживой природы ближайшего окружения и их особенностях, проявляет положительное отношение и интерес к взаимодействию с природой, наблюдает за явлениями природы, старается не причинять вред живым объектам;
- ребёнок с удовольствием слушает музыку, подпевает, выполняет простые танцевальные движения;
- ребёнок эмоционально откликается на красоту природы и произведения искусства;
- ребёнок осваивает основы изобразительной деятельности (лепка, рисование) и конструирования: может выполнять уже довольно сложные постройки (гараж, дорогу к нему, забор) и играть с ними; рисует дорожки, дождик, шарики; лепит палочки, колечки, лепешки;
- ребёнок активно действует с окружающими его предметами, знает названия, свойства и назначение многих предметов, находящихся в его повседневном обиходе;
- ребёнок в играх отображает действия окружающих («готовит обед», «ухаживает за больным» и другое), воспроизводит не только их последовательность и взаимосвязь, но и социальные отношения (ласково обращается с куклой, делает ей замечания), заранее

определяет цель («Я буду лечить куклу»).

Планируемые результаты 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;
- ребенок владеет культурно-гигиеническими навыками: умывание, одевание и тому подобное, соблюдает требования гигиены, имеет первичные представления о факторах, положительно влияющих на здоровье;
- ребенок проявляет доверие к миру, положительно оценивает себя, говорит о себе в первом лице;
- ребенок откликается эмоционально на ярко выраженное состояние близких и сверстников по показу и побуждению взрослых; дружелюбно настроен в отношении других детей;
- ребенок владеет элементарными нормами и правилами поведения, связанными с определенными разрешениями и запретами ("можно", "нельзя"), демонстрирует стремление к положительным поступкам;
- ребенок демонстрирует интерес к сверстникам в повседневном общении и бытовой деятельности, владеет элементарными средствами общения в процессе взаимодействия со сверстниками;
- ребенок проявляет интерес к правилам безопасного поведения; осваивает безопасные способы обращения со знакомыми предметами ближайшего окружения;
- ребенок охотно включается в совместную деятельность со взрослым, подражает его действиям, отвечает на вопросы взрослого и комментирует его действия в процессе совместной деятельности;
- ребенок произносит правильно в словах все гласные и согласные звуки, кроме шипящих и сонорных, согласовывает слова в предложении в роде, числе и падеже, повторяет за педагогическим работником (далее - педагог) рассказы из 3 - 4 предложений, пересказывает знакомые литературные произведения, использует речевые формы вежливого общения;
- ребенок понимает содержание литературных произведений и участвует в их драматизации, рассматривает иллюстрации в книгах, запоминает небольшие потешки, стихотворения, эмоционально откликается на них;
- ребенок демонстрирует умения вступать в речевое общение со знакомыми взрослыми: понимает обращенную к нему речь, отвечает на вопросы, используя простые распространенные предложения; проявляет речевую активность в общении со сверстником;
- ребенок совместно со взрослым пересказывает знакомые сказки, короткие стихи;
- ребенок демонстрирует познавательную активность в деятельности, проявляет эмоции удивления в процессе познания, отражает в общении и совместной деятельности со взрослыми и сверстниками полученные представления о предметах и объектах ближайшего окружения, задает вопросы констатирующего и проблемного характера;
- ребенок проявляет потребность в познавательном общении со взрослыми; демонстрирует стремление к наблюдению, сравнению, обследованию свойств и качеств предметов, к простейшему экспериментированию с предметами и материалами: проявляет элементарные представления о величине, форме и количестве предметов и умения сравнивать предметы по этим характеристикам;

- ребенок проявляет интерес к миру, к себе и окружающим людям;
- ребенок знает об объектах ближайшего окружения: о родном населенном пункте, его названии, достопримечательностях и традициях;
- ребенок имеет представление о разнообразных объектах живой и неживой природы ближайшего окружения, выделяет их отличительные особенности и свойства, различает времена года и характерные для них явления природы, имеет представление о сезонных изменениях в жизни животных, растений и человека, интересуется природой, положительно относится ко всем живым существам, знает о правилах поведения в природе, заботится о животных и растениях, не причиняет им вред;
- ребенок способен создавать простые образы в рисовании и аппликации, строить простую композицию с использованием нескольких цветов, создавать несложные формы из глины и теста, видоизменять их и украшать; использовать простые строительные детали для создания постройки с последующим ее анализом;
- ребенок с интересом вслушивается в музыку, запоминает и узнает знакомые произведения, проявляет эмоциональную отзывчивость, различает музыкальные ритмы, передает их в движении;
- ребенок активно взаимодействует со сверстниками в игре, принимает на себя роль и действует от имени героя, строит ролевые высказывания, использует предметы-заместители, разворачивает несложный игровой сюжет из нескольких эпизодов;
- ребенок в дидактических играх действует в рамках правил, в театрализованных играх разыгрывает отрывки из знакомых сказок, рассказов, передает интонацию и мимические движения.

Планируемые результаты к пяти годам

- ребёнок проявляет интерес к разнообразным физическим упражнениям, действиям с физкультурными пособиями, настойчивость для достижения результата, испытывает потребность в двигательной активности;
- ребёнок демонстрирует координацию, быстроту, силу, выносливость, гибкость, ловкость, развитие крупной и мелкой моторики, активно и с интересом выполняет основные движения, общеразвивающие упражнения и элементы спортивных упражнений, с желанием играет в подвижные игры, ориентируется в пространстве, переносит освоенные движения в самостоятельную деятельность;
- ребёнок стремится узнать о правилах здорового образа жизни, готов элементарно охарактеризовать свое самочувствие, привлечь внимание взрослого в случае недомогания;
- ребёнок стремится к самостоятельному осуществлению процессов личной гигиены, их правильной организации;
- ребёнок выполняет самостоятельно правила общения со взрослым, внимателен к его словам и мнению, стремится к познавательному, интеллектуальному общению со взрослыми: задает много вопросов поискового характера, стремится к одобряемым формам поведения, замечает ярко выраженное эмоциональное состояние окружающих людей, по примеру педагога проявляет сочувствие;
- ребёнок без напоминания взрослого здоровается и прощается, говорит «спасибо» и «пожалуйста»;
- ребёнок демонстрирует стремление к общению со сверстниками, по предложению педагога может договориться с детьми, стремится к самовыражению в деятельности, к признанию и уважению сверстников;
- ребёнок познает правила безопасного поведения и стремится их выполнять в повседневной жизни;
- ребёнок самостоятелен в самообслуживании;
- ребёнок проявляет познавательный интерес к труду взрослых, профессиям, технике; отражает эти представления в играх;
- ребёнок стремится к выполнению трудовых обязанностей, охотно включается в совместный труд со взрослыми или сверстниками;

- ребёнок инициативен в разговоре, использует разные типы реплик и простые формы объяснительной речи, речевые контакты становятся более длительными и активными;
- ребёнок большинство звуков произносит правильно, пользуется средствами эмоциональной и речевой выразительности;
- ребёнок самостоятельно пересказывает знакомые сказки, с небольшой помощью взрослого составляет описательные рассказы и загадки;
- ребёнок проявляет словотворчество, интерес к языку, с интересом слушает литературные тексты, воспроизводит текст;
- ребёнок способен рассказать о предмете, его назначении и особенностях, о том, как он был создан;
- ребёнок проявляет стремление к общению со сверстниками в процессе познавательной деятельности, осуществляет обмен информацией; охотно сотрудничает со взрослыми не только в совместной деятельности, но и в свободной самостоятельной; отличается высокой активностью и любознательностью;
- ребёнок активно познает и называет свойства и качества предметов, особенности объектов природы, обследовательские действия; объединяет предметы и объекты в видовые категории с указанием характерных признаков;
- ребёнок задает много вопросов поискового характера, включается в деятельность экспериментирования, использует исследовательские действия, предпринимает попытки сделать логические выводы;
- ребёнок с удовольствием рассказывает о себе, своих желаниях, достижениях, семье, семейном быте, традициях; активно участвует в мероприятиях и праздниках, готовящихся в группе, в ДОО, имеет представления о малой родине, названии населенного пункта, улицы, некоторых памятных местах;
- ребёнок имеет представление о разнообразных представителях живой природы родного края, их особенностях, свойствах объектов неживой природы, сезонных изменениях в жизни природы, явлениях природы, интересуется природой, экспериментирует, положительно относится ко всем живым существам, знает правила поведения в природе, стремится самостоятельно ухаживать за растениями и животными, беречь их;
- ребёнок владеет количественным и порядковым счетом в пределах пяти, умением непосредственно сравнивать предметы по форме и величине, различает части суток, знает их последовательность, понимает временную последовательность «вчера, сегодня, завтра», ориентируется от себя в движении; использует математические представления для познания окружающей действительности;
- ребёнок проявляет интерес к различным видам искусства, эмоционально откликается на отраженные в произведениях искусства действия, поступки, события;
- ребёнок проявляет себя в разных видах музыкальной, изобразительной, театрализованной деятельности, используя выразительные и изобразительные средства;
- ребёнок использует накопленный художественно-творческий опыт в самостоятельной деятельности, с желанием участвует в культурно-досуговой деятельности (праздниках, развлечениях и других видах культурно-досуговой деятельности);
- ребёнок создает изображения и постройки в соответствии с темой, используя разнообразные материалы, владеет техническими и изобразительными умениями;
- ребёнок называет роль до начала игры, обозначает новую роль по ходу игры, активно использует предметы-заместители, предлагает игровой замысел и проявляет инициативу в развитии сюжета, активно включается в ролевой диалог, проявляет творчество в создании игровой обстановки;
- ребёнок принимает игровую задачу в играх с правилами, проявляет интерес к результату, выигрышу; ведет негромкий диалог с игрушками, комментирует их «действия» в режиссерских играх.

Планируемые результаты 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;

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

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

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

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

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

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

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

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

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

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

- ребёнок испытывает познавательный интерес к событиям, находящимся за рамками

личного опыта, фантазирует, предлагает пути решения проблем, имеет представления о социальном, предметном и природном мире; ребёнок устанавливает закономерности причинно-следственного характера, приводит логические высказывания; проявляет любознательность;

- ребёнок использует математические знания, способы и средства для познания окружающего мира; способен к произвольным умственным действиям; логическим операциям анализа, сравнения, обобщения, систематизации, классификации и другим, оперируя предметами разными по величине, форме, количеству; владеет счетом, ориентировкой в пространстве и времени;

- ребёнок знает о цифровых средствах познания окружающей действительности,

использует некоторые из них, придерживаясь правил безопасного обращения с ними;

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

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

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

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

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

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

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

Планируемые результаты на этапе завершения освоения Программы К концу дошкольного возраста:

- у ребенка сформированы основные физические и нравственно-волевые качества;

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

- ребёнок соблюдает элементарные правила здорового образа жизни и личной гигиены;

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

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

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

ребёнок имеет начальные представления о правилах безопасного поведения в двигательной деятельности; о том, что такое здоровье, понимает, как поддержать, укрепить и сохранить его;

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

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

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

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

- ребёнок проявляет положительное отношение к миру, разным видам труда, другим людям и самому себе;
- у ребёнка выражено стремление заниматься социально значимой деятельностью;
- ребёнок способен откликаться на эмоции близких людей, проявлять эмпатию (сочувствие, сопереживание, содействие);
- ребёнок способен к осуществлению социальной навигации как ориентации в социуме и соблюдению правил безопасности в реальном и цифровом взаимодействии;
- ребёнок способен решать адекватные возрасту интеллектуальные, творческие и личностные задачи; применять накопленный опыт для осуществления различных видов детской деятельности, принимать собственные решения и проявлять инициативу;
- ребёнок владеет речью как средством коммуникации, ведет диалог со взрослыми и сверстниками, использует формулы речевого этикета в соответствии с ситуацией общения, владеет коммуникативно-речевыми умениями;
- ребёнок знает и осмысленно воспринимает литературные произведения различных жанров, имеет предпочтения в жанрах литературы, проявляет интерес к книгам познавательного характера, определяет характеры персонажей, мотивы их поведения, оценивает поступки литературных героев;
- ребёнок обладает начальными знаниями о природном и социальном мире, в котором он живет: элементарными представлениями из области естествознания, математики, истории, искусства и спорта, информатики и инженерии и тому подобное; о себе, собственной принадлежности и принадлежности других людей к определенному полу; составе семьи, родственных отношениях и взаимосвязях, семейных традициях; об обществе, его национально-культурных ценностях; государстве и принадлежности к нему;
- ребёнок проявляет любознательность, активно задает вопросы взрослым и сверстникам; интересуется субъективно новым и неизвестным в окружающем мире; способен самостоятельно придумывать объяснения явлениям природы и поступкам людей; склонен наблюдать, экспериментировать; строить смысловую картину окружающей реальности, использует основные культурные способы деятельности;
- ребёнок имеет представление о жизни людей в России, имеет некоторые представления о важных исторических событиях Отечества; имеет представление о многообразии стран и народов мира;
- ребёнок способен применять в жизненных и игровых ситуациях знания о количестве, форме, величине предметов, пространстве и времени, умения считать, измерять, сравнивать, вычислять и тому подобное;
- ребёнок имеет разнообразные познавательные умения: определяет противоречия, формулирует задачу исследования, использует разные способы и средства проверки предположений: сравнение с эталонами, классификацию, систематизацию, некоторые цифровые средства и другое;
- ребёнок имеет представление о некоторых наиболее ярких представителях живой природы России и планеты, их отличительных признаках, среде обитания, потребностях живой природы, росте и развитии живых существ; свойствах неживой природы, сезонных изменениях в природе, наблюдает за погодой, живыми объектами, имеет сформированный познавательный интерес к природе, осознанно соблюдает правила поведения в природе, знает способы охраны природы, демонстрирует заботливое отношение к ней;
- ребёнок способен воспринимать и понимать произведения различных видов искусства, имеет предпочтения в области музыкальной, изобразительной, театрализованной деятельности;
- ребёнок выражает интерес к культурным традициям народа в процессе знакомства с различными видами и жанрами искусства; обладает начальными знаниями об искусстве;
- ребёнок владеет умениями, навыками и средствами художественной выразительности в различных видах деятельности и искусства; использует различные технические приемы в

свободной художественной деятельности;

- ребёнок участвует в создании индивидуальных и коллективных творческих работ, тематических композиций к праздничным утренникам и развлечениям, художественных проектах;
- ребёнок самостоятельно выбирает технику и выразительные средства для наиболее точной передачи образа и своего замысла, способен создавать сложные объекты и композиции, преобразовывать и использовать с учётом игровой ситуации;
- ребёнок владеет разными формами и видами игры, различает условную и реальную ситуации, предлагает и объясняет замысел игры, комбинирует сюжеты на основе реальных, вымышленных событий, выполняет несколько ролей в одной игре, подбирает разные средства для создания игровых образов, согласовывает свои интересы с интересами партнеров по игре, управляет персонажами в режиссерской игре;
- ребёнок проявляет интерес к игровому экспериментированию с предметами, к развивающим и познавательным играм, в играх с готовым содержанием и правилами может объяснить содержание и правила игры другим детям, в совместной игре следит за точным выполнением правил всеми участниками;
- ребёнок способен планировать свои действия, направленные на достижение конкретной цели; демонстрирует сформированные предпосылки к учебной деятельности и элементы готовности к школьному обучению

1.5. Педагогическая диагностика достижения планируемых результатов (ФОП ДО п.16

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

Педагогическая диагностика является основой для целенаправленной деятельности педагога, начальным и завершающим этапом проектирования образовательного процесса в дошкольной группе. Ее функция заключается в обеспечении эффективной обратной связи, позволяющей осуществлять управление образовательным процессом.

Цели педагогической диагностики, а также особенности её проведения определяются требованиями ФГОС ДО. При реализации Программы может проводиться оценка индивидуального развития детей³, которая осуществляется педагогом в рамках педагогической диагностики. Вопрос о её проведении для получения информации о динамике возрастного развития ребёнка и успешности освоения им Программы, формах организации и методах решается непосредственно ДОО.

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

планируемые результаты освоения Программы заданы как целевые ориентиры дошкольного образования 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;

освоение Программы не сопровождается проведением промежуточных аттестаций и итоговой аттестации обучающихся

Педагогическая диагностика направлена на оценку индивидуального развития детей

дошкольного возраста, на основе которой определяется эффективность педагогических действий и осуществляется их дальнейшее планирование. Результаты педагогической диагностики (мониторинга) используются 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.

Основная задача диагностики – получение информации об индивидуальных особенностях развития ребенка. На основании этой информации разрабатываются рекомендации для воспитателей и родителей (законных представителей) по организации образовательной деятельности, планированию индивидуальной образовательной деятельности.

Педагогическая диагностика проводится в начале и в конце учебного года. Сравнение результатов стартовой и финальной диагностики позволяет выявить индивидуальную динамику развития ребенка.

Педагогическая диагностика индивидуального развития детей проводится 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 др.), специальных диагностических ситуаций. При необходимости используются специальные методики диагностики физического, коммуникативного, познавательного, речевого, художественно-эстетического развития.

Ведущим методом педагогической диагностики является наблюдение. Осуществляя педагогическую диагностику, педагог наблюдает за поведением ребенка в естественных условиях, в разных видах деятельности, специфичных для детей раннего и дошкольного возраста. 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 может установить соответствие общих планируемых результатов с результатами достижений ребенка в каждой образовательной области.

В процессе наблюдения 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 является карта развития ребенка. Педагог может составить ее самостоятельно, отразив показатели возрастного развития ребенка, критерии их оценки. Фиксация данных наблюдения позволит педагогу отследить, 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, которые позволяют выявить причины поступков, наличие интереса к определенному виду деятельности, уточнить знания о предметах и явлениях окружающей действительности и др.

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

Педагогическая диагностика завершается анализом полученных данных, на основе которых педагог выстраивает взаимодействие с детьми, организует предметно-развивающую среду, мотивирующую активную творческую деятельность воспитанников, 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.

Пособия, используемые для проведения педагогической диагностики индивидуального развития детей при реализации Программы:

- Н.В. Верещагина: «Диагностика педагогического процесса в первой младшей группе (с 2 до 3 лет) дошкольной образовательной организации. Разработано в соответствии с ФГОС.
- Н.В. Верещагина: «Диагностика педагогического процесса во второй младшей группе (с 3 до 4 лет) дошкольной образовательной организации. Разработано в соответствии с ФГОС.
- Н.В. Верещагина: «Диагностика педагогического процесса в средней группе (с 4 до 5 лет) дошкольной образовательной организации. Разработано в соответствии с ФГОС.
- Н.В. Верещагина: «Диагностика педагогического процесса в старшей группе (с 5 до 6 лет) дошкольной образовательной организации. Разработано в соответствии с ФГОС.
- Н.В. Верещагина: «Диагностика педагогического процесса в подготовительной к школе группе (с 6 до 7 лет) дошкольной образовательной организации.

II СОДЕРЖАТЕЛЬНЫЙ РАЗДЕЛ

Обязательная часть Программы

2.1 Задачи и содержание образования (обучения и воспитания) по образовательной области «Физическое развитие»

Основные цели и задачи «Физическое развитие включает приобретение опыта в следующих видах деятельности детей: двигательной, в том числе связанной с выполнением упражнений, направленных на развитие таких физических качеств, как координация и гибкость; способствующих правильному формированию опорно-двигательной системы организма, развитию равновесия, координации движения, крупной и мелкой моторики обеих рук, а также с правильным, не наносящим ущерба организму, выполнением основных движений 41 (ходьба, бег, мягкие прыжки, повороты в обе стороны), формирование начальных представлений о некоторых видах спорта, овладение подвижными играми с правилами; становление целенаправленности и саморегуляции в двигательной сфере; становление ценностей здорового образа жизни, овладение его элементарными нормами и правилами (в питании, двигательном режиме, закаливании, при формировании полезных привычек и др.)» (п. 2.6.ФГОС ДО).

2.1.1. Задачи и содержание образования (обучения и воспитания) по образовательной области «Физическое развитие» детей от 2 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 ребёнка 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 ребёнка 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 её, 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); врассыпную 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 ребёнка 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 ребёнку, 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.

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).

1) 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 закаливающим и гигиеническим процедурам, выполнению физических упражнений.

2.1.2. Задачи и содержание образования (обучения и воспитания) по образовательной области «Физическое развитие» детей 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 ребёнка, 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 её, встать, выпрямиться, поднять двумя руками над головой); по гимнастической скамейке, за катящимся мячом; проползание на четвереньках под 3-4 дугами (высота 50 см, расстояние 1 м); ползание на четвереньках с опорой на ладони и ступни по доске; влезание на лесенку-стремянку или гимнастическую стенку произвольным способом (не пропуская реек) и спуск с нее; подлезание под дугу, не касаясь руками пола;

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

бег: бег группами и по одному за направляющим, в рассыпную, со сменой темпа; по кругу, обегая предметы, между двух или вдоль одной линии; со сменой направления, с остановками, мелким шагом, на носках; в чередовании с ходьбой; 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: поднятие 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; поднятие и опускание ног из положения лежа; повороты со спины на живот и обратно;

упражнения для развития и укрепления мышц ног и брюшного пресса: поднятие и опускание ног, согнутых в коленях; приседание с предметами, поднятие 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).

1) **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).

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.

1) **Формирование основ здорового образа жизни:** педагог поддерживает стремление ребёнка 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).

2) **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.

2.1.3. Задачи и содержание образования (обучения и воспитания) по образовательной области «Физическое развитие» детей 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 ребёнка, опорно-двигательный аппарат, формировать правильную осанку, повышать иммунитет средствами физического воспитания;
- формировать представления о факторах, влияющих на здоровье, воспитывать полезные привычки, способствовать усвоению правил безопасного поведения в двигательной деятельности.

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); перекладывание предмета из одной руки в другую; сгибание и разгибание рук, махи руками; сжимание и разжимание кистей рук, вращение кистями; выполнение упражнений пальчиковой гимнастики; повороты головы вправо и влево, наклоны головы;

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

упражнения для развития и укрепления мышц ног и брюшного пресса: сгибание и разгибание ног; отведение 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 перекладывание предметов с места на место.

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

Ритмическая гимнастика:

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

Строевые упражнения:

педагог предлагает детям следующие строевые упражнения: построение в колонну по одному, по два, по росту, враспынную; 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.

1) **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).

2) **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.

3) 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 «ступаящим шагом» и «полуёлочкой».

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.

1) **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.

2) **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.

2.1.4. Задачи и содержание образования (обучения и воспитания) по образовательной области «Физическое развитие» детей 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 ребёнка, формировать правильную осанку, укреплять опорно-двигательный аппарат, повышать иммунитет средствами физического воспитания;
- расширять представления о здоровье и его ценности, факторах на него влияющих, оздоровительном воздействии физических упражнений, туризме как форме активного отдыха;
- воспитывать бережное и заботливое отношение к своему здоровью и здоровью

окружающих, осознанно соблюдать правила здорового образа жизни и безопасности в 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 2х10 м, 3х10 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

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; переключивание предмета из одной руки в другую впереди и сзади себя; поднимание рук со сцепленными в замок пальцами (кисти повернуть тыльной стороной внутрь); сжимание и разжимание кистей;

упражнения для развития и укрепления мышц спины и гибкости позвоночника: поднимание рук вверх и опускание вниз, стоя у стены, касаясь её затылком, лопатками и ягодицами или лежа на спине; наклоны вперед, касаясь ладонями пола, наклоны вправо и влево; поднимание ног, сгибание и разгибание и 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 переключивание их с места на место.

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

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

Ритмическая гимнастика:

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

1) 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.

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

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

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

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

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.

3) 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).

4) 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.

2.1.5. Задачи и содержание образования (обучения и воспитания) по образовательной области «Физическое развитие» детей 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 её организации, партнерское взаимодействие в команде;
- воспитывать патриотизм, нравственно-волевые качества и гражданскую идентичность в двигательной деятельности и различных формах активного отдыха;
- формировать осознанную потребность в двигательной деятельности, поддерживать интерес к физической культуре и спортивным достижениям России, расширять представления о разных видах спорта;

- сохранять и укреплять здоровье детей средствами физического воспитания, расширять и уточнять представления о здоровье, факторах на него влияющих, средствах его укрепления, 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 3х10 м; бег наперегонки; бег из разных исходных положений (лежа на животе, ногами по направлению к движению, сидя по-турецки, лежа на спине, головой к направлению бега); бег со скакалкой, бег по пересеченной местности;

прыжки: подпрыгивания на двух ногах 30 раз в чередовании с ходьбой, на месте и с поворотом кругом; смещая ноги вправо-влево-вперед-назад, с движениями рук; впрыгивание на предметы высотой 30 см с разбега 3 шага; подпрыгивания вверх из глубокого приседа; прыжки на одной ноге, другой толкая перед собой камешек; прыжки в длину и в высоту с места и с разбега на соревнование;

прыжки с короткой скакалкой: прыжки на двух ногах с промежуточными прыжками и без них; прыжки с ноги на ногу; бег со скакалкой; прыжки через обруч, вращая его как скакалку; прыжки через длинную скакалку: пробегание под вращающейся скакалкой, прыжки через вращающуюся скакалку с места; вбегание под вращающуюся скакалку - прыжок - выбегание; пробегание под вращающейся скакалкой парами.

упражнения в равновесии: подпрыгивание на одной ноге, продвигаясь вперед, другой ногой катя перед собой набивной мяч; стойка на носках; стойка на одной ноге, закрыв по сигналу глаза; ходьба по гимнастической скамейке, с перешагиванием посередине палки, пролезанием в обруч, приседанием и поворотом кругом; ходьба по гимнастической скамейке, приседая на одной ноге, другую пронося прямой вперед сбоку скамейки; ходьба по узкой рейке гимнастической скамейки прямо и боком; ходьба по гимнастической скамейке, на каждый шаг высоко поднимая прямую ногу и делая под ней хлопок; прыжки на одной ноге вперед, удерживая на колени другой ноги мешочек с песком; ходьба по шнуру, опираясь на стопы и ладони; кружение с закрытыми глазами, остановкой и сохранением заданной позы; после бега, прыжков, кружения остановка и выполнение «ласточки».

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

Общеразвивающие упражнения:

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

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

упражнения для развития и укрепления мышц ног и брюшного пресса: сгибание и разгибание ног, махи ногами из положения стоя, держась за опору, лежа на боку, сидя, стоя на четвереньках; выпады вперед и в сторону; приседания у стены (затылок, лопатки, ягодицы и пятки касаются стены); подошвенное и тыльное сгибание и разгибание стоп; захватывание предметов ступнями и пальцами ног, 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 польки, переменный шаг, шаг с притопом, с хлопками, поочередное выбрасывание ног вперед в прыжке, на носок, приставной шаг с приседанием и без, с продвижением вперед, назад а сторону, кружение, подскоки, приседание с выставлением ноги вперед, в сторону на носок и на пятку, комбинации из двух-трех движений в сочетании с хлопками, с притопом, движениями рук, в сторону в такт и ритм музыки.

Строевые упражнения:

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

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

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

1) **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 её от шайбы; прокатывание шайбы клюшкой друг другу, задерживание шайбы клюшкой; ведение шайбы клюшкой вокруг предметов и между ними; забрасывание шайбы в ворота, держа клюшку двумя руками (справа и слева); попадание шайбой в ворота, ударяя по ней с места и после ведения. Бадминтон: перебрасывание волана ракеткой на сторону партнера без сетки, через сетку, правильно удерживая ракетку.

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

отскока от стола.

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

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

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

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

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

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.

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.

1) 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 ребёнка 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 ребёнка основных гигиенических навыков, представлений о здоровом образе жизни

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

Вариативные формы реализации Программы

Формы, способы, методы и средства реализации программы по физическому развитию дошкольников определены в соответствии с задачами воспитания и обучения, возрастными и индивидуальными особенностями детей, спецификой их образовательных потребностей и интересов.

Основные формы организации образовательной деятельности по физическому развитию

В соответствии с ФГОС ДО, ФОП ДО основные формы организации образовательной деятельности по физическому развитию в ДОУ:

- образовательная деятельность, осуществляемая в процессе организации различных видов детской деятельности;
- образовательная деятельность, осуществляемая в ходе режимных процессов;
- самостоятельная деятельность детей;
- взаимодействие с семьями детей по реализации рабочей программы по физическому развитию.

Требования к организации образовательной деятельности по физическому развитию в ДОУ

Согласно пункту 2.10 СанПиН при организации образовательной деятельности по физическому развитию в ДОО соблюдаются следующие требования:

- режим двигательной активности детей в течение дня организуется с учетом возрастных особенностей и состояния здоровья.
- при организации образовательной деятельности предусматривается введение в режим дня физкультминуток во время занятий, гимнастики для глаз, обеспечивается контроль за осанкой, в том числе, во время письма, рисования и использования ЭСО.
- физкультурные, физкультурно-оздоровительные, массовые спортивные мероприятия, спортивные соревнования организуются с учетом возраста, физической подготовленности и состояния здоровья детей. Возможность проведения занятий физической культурой и спортом на открытом воздухе, а также подвижных игр, определяется по совокупности показателей метеорологических условий (температуры, относительной влажности и скорости движения воздуха) по климатическим зонам. В дождливые, ветреные и морозные дни занятия физической культурой проводятся в зале.

Методы реализации программы по физическому развитию дошкольников

При организации обучения двигательным навыкам, развития психофизических качеств и формирования основ ЗОЖ традиционные методы (словесные, наглядные, практические) дополнены методами, в основу которых положен характер познавательной деятельности детей:

№ п / п	Наименование методов	Описание методов
1 .	Наглядные методы:	- способствуют формированию знаний и ощущений, касающихся движения, чувственного восприятия и развития способности к сенсорике; - наглядно-зрительные приемы (показ физических упражнений, использование наглядных пособий, имитация, зрительные ориентиры); - наглядно-слуховые приемы (музыка, песни); - тактильно-мышечные приемы (непосредственная помощь педагога).
2 .	Вербальные методы (словесные):	- направлены на активизацию сознания ребенка, формирование более глубокого осмысления поставленных задач, выполнение физических упражнений на осознанном уровне, понимание их содержания, структуры, а также самостоятельное и творческое использование в самых разных случаях; - название упражнений, описание, объяснения, указания, распоряжения, команды, вопросы к детям, рассказ, беседа и т. д. активизируют мышление ребенка, помогают целенаправленно воспринимать технику упражнений, способствуют созданию более точных зрительных представлений о движении.
3 .	Практические методы:	- призваны обеспечить проверку двигательных действий дошкольника, правильность его восприятий и моторных ощущений; - применяются для создания мышечно-двигательных представлений о физических упражнениях и закреплении двигательных навыков и умений; - закреплении двигательных навыков и развитие

		физических качеств в изменяющихся условиях; - при выполнении физических упражнений в соревновательной форме возникает особый физиологический и эмоциональный фон, что усиливает воздействие упражнений на организм, способствует проявлению максимальных функциональных возможностей и психических сил. При этом предъявляются более высокие требования к физическим и морально-волевым качествам (решительность, честность, благородство и т. д.). Соревновательный метод повышает интерес к физическим упражнениям, содействует лучшему их выполнению, развивает способность применять двигательные навыки и умения в усложненных условиях.
4	Информационно-рецептивный метод:	- предъявление информации, организация действий ребёнка с объектом изучения (распознающее наблюдение, рассматривание картин, демонстрация кино- и диафильмов, просмотр компьютерных презентаций, рассказы педагогов или детей, чтение).
5	Репродуктивный метод:	- создание условий для воспроизведения представлений и способов деятельности, руководство их выполнением (упражнения на основе образца воспитателя, беседа, составление рассказов с опорой на предметную или предметно-схематическую модель).
6	Метод проблемного изложения:	- постановка проблемы и раскрытие пути её решения в процессе организации опытов, наблюдений.
7	Эвристический метод (частично-поисковый):	- проблемная задача делится на части – проблемы, в решении которых принимают участие дети (применение представлений в новых условиях).
8	Исследовательский метод:	- составление и предъявление проблемных ситуаций, ситуаций для экспериментирования и опытов (творческие задания, опыты, экспериментирование).

Способы реализации Программы

Одним из эффективных способов реализации Программы является планирование образовательной деятельности с воспитанниками. Для реализации образовательного содержания Программы педагогами используются разные формы планирования: (комплексно-тематическое планирование, календарный план с введением образовательных событий, циклограммы планирования образовательной деятельности с воспитанниками в ходе режимных моментов. Образовательную деятельность в детском саду регламентируют учебный план и расписание занятий. Учебный план включает в себя: общее количество занятий и их виды по основным направлениям развития ребенка (социально-коммуникативное, познавательное, речевое, художественно-эстетическое, физическое развитие) в течение пятидневной недели. Расписание занятий составлено с учетом требований СанПиН и определяет их последовательность, регулирует время проведения. Планирование образовательной деятельности с воспитанниками является одним из основных процессов управления реализацией Программы. Планирование - это процесс интеграции деятельности воспитателей, музыкального руководителя, инструктора по физической культуре.

Средства реализации программы по физическому развитию дошкольников

При реализации рабочей программы для развития двигательной деятельности используются следующие средства:

- спортивное оборудование, спортивный инвентарь, демонстрационный и раздаточный материал, образно-символический материал, технические средства обучения, оздоровительное, нестандартное оборудование, оборудование для спортивных игр и упражнений.

Выбор форм, методов, средств реализации программы по физическому развитию воспитанников основан на адекватных образовательным потребностям предпочтениях детей. Их соотношение и интеграция при решении задач воспитания и обучения обеспечивает вариативность средств реализации программы

2.3. Особенности образовательной деятельности разных видов и культурных практик (ФОО ДО п.24).

Образовательная деятельность, осуществляемая в утренний отрезок времени, включает:

- практические, проблемные ситуации, упражнения (по освоению культурно-гигиенических навыков и культуры здоровья, правил и норм поведения и другие);
- индивидуальную работу с детьми в соответствии с задачами разных образовательных областей;
- оздоровительные и закаливающие процедуры, здоровьесберегающие мероприятия, двигательную деятельность (подвижные игры, гимнастика и другое).

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.

Введение термина «занятие» не означает регламентацию процесса. Термин фиксирует форму организации образовательной деятельности. Содержание и педагогически обоснованную методику проведения занятий педагог может выбирать самостоятельно

Двигательная деятельность организуется в процессе занятий физической культурой. Требования к их проведению согласуются дошкольным учреждением с положениями действующего СанПин.

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

В ходе режимных моментов педагог создаёт проблемно-игровые или практические ситуации, которые побуждают дошкольников применить имеющийся опыт, проявить инициативу, активность для самостоятельного решения возникшей задачи.

Образовательная деятельность, осуществляемая во время прогулки, включает:

- подвижные, спортивные игры и упражнения, направленные на оптимизацию режима двигательной активности и укрепление здоровья детей;
- проведение спортивных праздников (при необходимости).

- **Во второй половине дня** организуются разнообразные культурные практики, ориентированные на проявление детьми самостоятельности и творчества в разных видах деятельности. Воспитателем создаётся атмосфера свободы выбора, творческого обмена и самовыражения, сотрудничества взрослого и детей.

Игра занимает центральное место в жизни ребёнка, являясь преобладающим видом его самостоятельной деятельности. В игре закладываются основы личности ребёнка, 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, эмоциогенную, развлекательную, диагностическую, психотерапевтическую и другие.

Образовательная деятельность, осуществляемая во вторую половину дня, включает:

- работу с родителями (законными представителями).
- Индивидуальную работу с детьми

Для организации самостоятельной деятельности детей в группах созданы различные центры активности.

В группах раннего возраста:

- центр двигательной активности для развития основных движений детей

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

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

- игровой практике ребёнок проявляет себя как творческий субъект (творческая инициатива);
- в продуктивной – созидаящий и волевой субъект (инициатива целеполагания);
- 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, познавательно-исследовательской, 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 (ФОП ДО п.25)

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

Наиболее благоприятными отрезками времени для организации свободной самостоятельной деятельности детей является утро, когда ребёнок приходит в ДОО, и вторая половина дня.

Для поддержки детской инициативы учитываются следующие **условия**:

1. уделять внимание развитию детского интереса к окружающему миру, поощрять желание ребёнка получать новые знания и умения, осуществлять деятельностные пробы в соответствии со своими интересами, задавать познавательные вопросы;
2. организовывать ситуации, способствующие активизации личного опыта ребёнка в деятельности, побуждающие детей к применению знаний, умений при выборе способов деятельности;
3. расширять и усложнять в соответствии с возможностями и особенностями развития детей область задач, которые ребёнок способен и желает решить самостоятельно, уделять внимание таким задачам, которые способствуют активизации у ребёнка творчества, сообразительности, поиска новых подходов;
4. поощрять проявление детской инициативы в течение всего дня пребывания ребёнка в ДОО, используя приемы поддержки, одобрения, похвалы;
5. создавать условия для развития произвольности в деятельности, использовать игры и упражнения, направленные на тренировку волевых усилий, поддержку готовности и желания ребёнка преодолевать трудности, доводить деятельность до результата;
6. поощрять и поддерживать желание детей получить результат деятельности, обращать внимание на важность стремления к качественному результату, подсказывать ребёнку, проявляющему небрежность и равнодушие к результату, как можно довести дело до конца, какие приемы можно использовать, чтобы проверить качество своего результата;
7. внимательно наблюдать за процессом самостоятельной деятельности детей, в случае необходимости оказывать детям помощь, но стремиться к её дозированию. Если ребёнок 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 ребёнка, намекнуть, посоветовать вспомнить, как он действовал в аналогичном случае;
8. поддерживать у детей чувство гордости и радости от успешных самостоятельных действий, подчеркивать рост возможностей и достижений каждого ребёнка, побуждать к проявлению инициативы и творчества через использование приемов похвалы, одобрения, восхищения.

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

1. Не следует сразу помогать ребёнку, если он испытывает затруднения решения задачи, важно побуждать его к самостоятельному решению, подбадривать и поощрять попытки найти решение. В случае необходимости оказания помощи ребёнку, педагог сначала стремится к её минимизации: лучше дать совет, задать наводящие вопросы, активизировать имеющийся у ребёнка прошлый опыт.
2. У ребёнка 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 ребёнком в период проявления кризиса семи лет: характерные для ребёнка изменения в поведении и деятельности становятся поводом для смены стиля общения с ребёнком. Важно уделять внимание ребёнку, 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 ребёнком универсальных умений организации своей деятельности и формировании у него основ целеполагания: поставить цель (или принять её от педагога), обдумать способы её 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.
5. Создание творческих ситуаций в игровой, музыкальной, изобразительной деятельности и театрализации, в ручном труде также способствует развитию самостоятельности у детей. Сочетание увлекательной творческой деятельности и необходимости решения задачи и проблемы привлекает ребёнка, активизирует его желание самостоятельно определить замысел, способы и формы его воплощения.
6. Педагог уделяет особое внимание обогащению РППС, обеспечивающей поддержку инициативности ребёнка. В пространстве группы появляются предметы, побуждающие детей к проявлению интеллектуальной активности. Это могут быть новые игры и материалы, детали незнакомых устройств, сломанные игрушки, нуждающиеся в починке, зашифрованные записи, посылки, письма-схемы, новые таинственные книги и прочее. Разгадывая загадки, заключённые в таких предметах, дети учатся рассуждать, анализировать, отстаивать свою точку зрения, строить предположения, испытывают радость открытия и познания.

2.5. Особенности взаимодействия педагогического коллектива с семьями воспитанников (ФОР ДО п.26).

Главными целями взаимодействия педагога с семьями воспитанников 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 дополняет, поддерживает и тактично направляет воспитательные действия родителей (законных представителей) детей раннего и дошкольного возрастов.

Достижение этих целей осуществляется 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 партнёрских 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) основано на следующих **принципах**:

1. *приоритет семьи в воспитании, обучении и развитии ребёнка*: 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 ребёнка;
2. *открытость*: для родителей (законных представителей) должна быть доступна актуальная информация об особенностях пребывания ребёнка 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 ребёнка 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 ребёнка, 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 ребёнка с родителями (законными представителями), прежде всего, с матерью (преимущественно для детей младенческого и раннего возраста), обусловленные возрастными особенностями развития детей.

Взаимодействия с родителями (законными представителями) обучающихся осуществляется по нескольким **направлениям**:

1. *диагностико-аналитическое направление* включает получение и анализ данных о семье каждого обучающегося, её запросах в отношении охраны здоровья и развития ребёнка; об уровне психолого-педагогической компетентности родителей (законных представителей); а также планирование работы с семьёй с учётом результатов проведенного анализа; согласование воспитательных задач;
2. *просветительское направление* предполагает просвещение родителей (законных представителей) по вопросам особенностей психофизиологического и психического развития детей раннего и дошкольного возрастов; выбора эффективных методов обучения и воспитания детей определенного возраста; ознакомление с актуальной информацией о государственной политике в области ДО, включая информирование о мерах господдержки семьям с детьми дошкольного возраста; информирование об особенностях реализуемой в ДОО образовательной программы; условиях пребывания ребёнка в группе ДОО; содержании и методах образовательной работы с детьми;
3. *консультационное направление* объединяет в себе консультирование родителей (законных представителей) по вопросам их взаимодействия с ребёнком, преодоления возникающих проблем воспитания и обучения детей, в том числе с ООП в условиях семьи; особенностей поведения и взаимодействия ребёнка со сверстниками и педагогом; возникающих проблемных ситуациях; способам воспитания и построения продуктивного взаимодействия

с детьми младенческого, раннего и дошкольного возрастов; способам организации и участия в детских деятельности, образовательном процессе и другому.

Совместная образовательная деятельность педагогов и родителей (законных представителей) обучающихся предполагает сотрудничество в реализации некоторых образовательных задач, вопросах организации РППС и образовательных мероприятий; поддержку образовательных инициатив родителей (законных представителей) детей младенческого, раннего и дошкольного возрастов; разработку и реализацию образовательных проектов ДОО совместно с семьей.

Особое внимание в просветительской деятельности ДОО уделяется повышению уровня компетентности родителей (законных представителей) в вопросах здоровьесбережения ребёнка.

Реализация данной темы осуществляется в процессе следующих **направлений просветительской деятельности**:

1. информирование о факторах, положительно влияющих на физическое и психическое здоровье ребёнка (рациональная организация режима дня ребёнка, правильное питание в семье, закаливание, организация двигательной активности, благоприятный психологический микроклимат в семье и спокойное общение с ребёнком и другое), о действии негативных факторов (переохлаждение, перегревание, перекармливание и другое), наносящих непоправимый вред здоровью ребёнка;
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 ИТ-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, психологов, физиологов, ИТ-специалистов и других).

Направления деятельности ДОО 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); сайт ДОО 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 ребёнком (с учётом 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 ребёнка, 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 ребёнка, а также согласование совместных действий, которые могут быть предприняты со стороны ДОО и семьи для разрешения возможных проблем и трудностей ребёнка 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.

(план работы с родителями см. в приложении 2)

III. ОРГАНИЗАЦИОННЫЙ РАЗДЕЛ ПРОГРАММЫ

3.1. Материально-технического обеспечения Программы, обеспеченности методическими материалами и средствами обучения и воспитания

Развивающая предметно-пространственная среда обеспечивает максимальную реализацию образовательного потенциала пространства ДОО, группы и участка, материалов, оборудования и инвентаря для развития детей дошкольного возраста в соответствии с особенностями каждого возрастного этапа, охраны и укрепления их здоровья, возможность общения и совместной деятельности детей (в том числе детей разного возраста) и взрослых, двигательной активности детей, а также возможности для уединения.

Развивающая предметно-пространственная среда обеспечивает реализацию образовательной программы; Создание развивающей среды построено на следующих принципах:

- 1) насыщенность;
- 2) трансформируемость;
- 3) полифункциональность;
- 4) вариативной;
- 5) доступность;
- 6) безопасной.

Образовательное пространство оснащено средствами обучения и воспитания, соответствующими материалами, игровым, спортивным, оздоровительным оборудованием, инвентарем, которые обеспечивают:

- игровую, познавательную, исследовательскую и творческую активность всех воспитанников, экспериментирование с доступными детям материалами (в том числе с песком и водой);
- двигательную активность, в том числе развитие крупной и мелкой моторики, участие в подвижных играх и соревнованиях;
- эмоциональное благополучие детей во взаимодействии с предметно-пространственным

окружением;

➤ возможность самовыражения детей. Образовательное пространство для детей предоставляет необходимые и достаточные возможности для движения, предметной и игровой деятельности с разными материалами.

Созданы условия для физического развития детей.

Имеется музыкальный/спортивный зал с необходимым оборудованием (разного функционала размера мячи (для метания), обручи, стойки-конусы, кегли, раздаточный материал (флажки, ленты, бубны, колокольчики и др.), оборудование для различных видов спорта)).

В зале проводятся:

- Физкультурные занятия
- Утренняя гимнастика
- Досуговые мероприятия,
- Праздничные утренники
- Родительские собрания и прочие мероприятия для родителей
- Спортивные праздники

В группах имеется инвентарь и оборудование для физической активности детей, массажа (спортивный инвентарь, массажные коврики, маты, тренажеры и т.п.). Имеется спортивный инвентарь для физической активности детей на участке (мячи, обручи, санки, лыжи, и т.п.). На территории ДОО созданы условия для физического развития детей (спортивная площадка - полоса препятствий, спортивно-игровое оборудование, яма для прыжков, мишени для метания и др.; тропа здоровья).

3.2. Особенности организации развивающей предметно-пространственной среды (в соответствии с ФОП ДО п.31)

Развивающая предметно-пространственная среда (далее - РППС) – часть образовательной среды и фактор, мощно обогащающий развитие детей. РППС выступает основой для разнообразной, разносторонне развивающей, содержательной и привлекательной для каждого ребенка деятельности.

РППС организована как единое пространство, все компоненты которого, согласованы между собой по содержанию, масштабу, художественному решению.

При проектировании РППС учтены:

- этнопсихологические, социокультурные, культурно-исторические и природно-климатические условия;
- возраст, опыт, уровень развития детей и особенностей их деятельности - содержание воспитания и образования;
- задачи образовательной программы для разных возрастных групп;
- возможности и потребности участников образовательной деятельности (детей и их семей, педагогов и других сотрудников, участников сетевого взаимодействия и пр.).

РППС соответствует:

- требованиям ФГОС ДО;
- Программе;
- материально-техническим и медико-социальным условиям пребывания детей в ДОО; возрастным особенностям детей;
- воспитывающему характеру образования детей; требованиям безопасности и надежности.

В соответствии с ФГОС ДО, РППС:

- содержательно-насыщенная;
- трансформируемая;
- полифункциональная;

- вариативная;
- доступная;
- безопасная.

В группах для детей дошкольного возраста предусматривается следующий комплекс центров детской активности:

- центр двигательной активности (ориентирован на организацию игр средней и малой подвижности в групповых помещениях, средней и интенсивной подвижности в физкультурном и музыкальном залах, интенсивной подвижности на групповых участках, спортивной площадке, всей территории детского сада) в интеграции содержания образовательных областей «Физическое развитие», «Социально-коммуникативное развитие», «Речевое развитие»;

- центр безопасности, позволяющий организовать образовательный процесс для развития у детей навыков безопасности жизнедеятельности в интеграции содержания образовательных областей «Физическое развитие», «Познавательное развитие», «Речевое развитие», «Социально-коммуникативное развитие»;

- центр игры, содержащий оборудование для организации сюжетно-ролевых детских игр, предметы-заместители в интеграции содержания образовательных областей «Познавательное развитие», «Речевое развитие», «Социально-коммуникативное развитие», «Художественно-эстетическое развитие» и «Физическое развитие»;

- физкультурный зал

- спортивная площадка на территории ДОО.

РППС обеспечивает условия для эмоционального благополучия детей и комфортной работы педагогических и учебно-вспомогательных сотрудников.

3.3.Обеспечение методическими материалами и средствами обучения и воспитания

Игровая деятельность

Методические пособия

- Г у б а н о в а Н. Ф. Развитие игровой деятельности. Вторая группа раннего возраста (2-3 года).
- Г у б а н о в а Н. Ф. Развитие игровой деятельности. Младшая группа (3-4 года).
- Г у б а н о в а Н. Ф. Развитие игровой деятельности. Средняя группа. (4-5 лет).
- Г у б а н о в а Н. Ф. Развитие игровой деятельности. Старшая группа. (5-6 лет)
- Г у б а н о в а Н. Ф. Развитие игровой деятельности. Подготовительная к школе группа (6- 7 лет).
- Галанов А.С. Подвижные игры в детском саду.
- Степаненкова Э. Я.. Сборник подвижных игр.
- Новиковская О.А. Гимнастика в детском саду.

Образовательная область «Физическая культура»

Методические пособия

1. Б о р и с о в а М. М. Малоподвижные игры и игровые упражнения. Для занятий с детьми 3-7 лет.
2. П е н з у л а е в а Л. И. Физическая культура в детском саду: Младшая группа (3-4 года).
3. П е н з у л а е в а Л. И. Оздоровительная гимнастика: комплексы упражнений для детей 3-7 лет.
4. Аверина И.Е. Физкультурные минутки и динамические паузы в ДОУ.

Наглядно-дидактические пособия

- «Спортивный инвентарь», «Зимние виды спорта»; «Летние виды спорта»; «Распорядок дня» и др.

3.4.Примерный режим и распорядок дня

Примерный режим дня на холодный период года для второй группы раннего возраста «Теремок»

Режимные моменты	Время
Прием детей, осмотр, игры, индивидуальная работа с детьми по плану воспитателя	7.30–8.40
Утренняя гимнастика	8.40- 8.45
Подготовка к завтраку, завтрак	8.45- 9.15
Утренний круг	9.15–9.30
Занятия	
2 раза в неделю	9.15–9.45
1 раза в неделю	9.20–9.50
2 раза в неделю	9.30-10.00
Подготовка к прогулке, прогулка	10.00- 11.20
Возвращение с прогулки, самостоятельная деятельность, подготовка к обеду	11.20- 11.45
Обед	11.45–12.20
Подготовка ко сну. Дневной сон	12.20- 15.00
Постепенный подъем, гигиенические и физкультурно-оздоровительные процедуры	15.00- 15.15
Занятие 1 раз в неделю. Игры (4 раза в неделю)	15.15- 15.25
Чтение художественной литературы.	15.25- 15.35
Подготовка к полднику, полдник	15.35–16.10
Вечерний круг	16.10–16.30
Подготовка к прогулке, прогулка, игры, уход домой	16.30- 18.00

Примерный режим дня на холодный период года для младшей группы «Веселый улей»

Режимные моменты	Время
Прием детей, осмотр, игры, индивидуальная работа с детьми по плану воспитателя	7.30 – 8.30
Утренняя гимнастика	8.30 - 8.40
Подготовка к завтраку, завтрак	8.40 - 9.10
Утренний круг	9.10 - 9.30
Занятия	
2 раза в неделю	9.10 - 9.50
1 раз в неделю	9.10 - 9.55
1 раз в неделю	9.30 - 9.45
1 раз в неделю	9.30 - 10.10
Подготовка к прогулке, прогулка	10.10 -12.05
Возвращение с прогулки, самостоятельная деятельность	12.05 -12.20
Подготовка к обеду. Обед	12.20 -12.50
Подготовка ко сну. Дневной сон	12.50 -15.00

Постепенный подъем, гигиенические и физкультурно-оздоровительные процедуры	15.00 -15.20
Занятия (1 раз в неделю). Вечерний круг.	15.10 –15.25
Чтение художественной литературы	15.10 –15.50
Подготовка к полднику, полдник	15.50 -16.15
Вечерний круг	16.15 –16.30
Подготовка к прогулке, прогулка, игры, уход домой	16.30 -18.00

**Примерный режим дня на холодный период года
для средней группы «Фабрика звезд»**

Режимные моменты	Время
Прием детей, осмотр, игры, индивидуальная работа с детьми по плану воспитателя	7.30 – 8.30
Утренняя гимнастика.	8.30 - 8.40
Подготовка к завтраку, завтрак.	8.50 - 9.10
Утренний круг	9.10 - 9.30
Занятия 1 раз в неделю 2 раза в неделю 1 раз в неделю	9.55 - 10.15 9.30 - 10.20 10.10 - 10.30
Подготовка к прогулке, прогулке.	10.30 - 12.10
Возвращение с прогулки, самостоятельная деятельность, подготовка к обеду.	12.10 - 12.30
Обед.	12.30 - 13.00
Подготовка ко сну. Дневной сон.	13.00 - 15.00
Постепенный подъем, гигиенические и физкультурно-оздоровительные процедуры	15.00 - 15.20
Чтение художественной литературы	15.20 - 15.30
Физическая культура 3 раза в неделю Вечерний круг	15.30 - 15.50 15.30-15.50
Подготовка к полднику, полдник.	15.50 - 16.20
Подготовка к прогулке, прогулка, игры, уход домой.	16.20 - 18.00

Примерный режим дня на холодный период года для старшей группы «Солнышко»

Режимные моменты	Время
Прием детей, осмотр, игры, индивидуальная работа с детьми по плану воспитателя	7.30 – 8.50
Утренняя гимнастика.	8.50 - 9.00
Подготовка к завтраку, завтрак.	9.00 - 9.15
Утренний круг	9.15 - 9.20
Занятия 1 раз в неделю 1 раз в неделю 1 раз в неделю 1 раз в неделю	9.30 - 10.30 9.20 - 10.55 9.30 – 11.20 9.30 - 11.05

1 раз в неделю	9.30 - 11.40
Подготовка к прогулке, прогулке.	10.30 - 12.25
Физическая культура на улице 1 раз в неделю	11.00 – 11.25
Возвращение с прогулки, самостоятельная деятельность, подготовка к обеду.	12.25 - 12.40
Обед.	12.40 - 13.10
Подготовка ко сну. Дневной сон.	13.10 - 15.00
Постепенный подъем, гигиенические и физкультурно-оздоровительные процедуры	15.00 - 15.20
Чтение художественной литературы	15.20 - 15.40
Вечерний круг	15.40 - 16.00
Подготовка к полднику, полдник.	16.00 - 16.20
Подготовка к прогулке, прогулка, игры, уход домой.	16.20 - 18.00

**Примерный режим дня на холодный период года
Для старшей группы «Ромашки»**

Режимные моменты	Время
Прием детей, осмотр, игры, индивидуальная работа с детьми по плану воспитателя	7.30 – 8.50
Утренняя гимнастика.	8.50 - 8.50
Подготовка к завтраку, завтрак.	8.50 - 9.15
Утренний круг	9.15 - 9.30
Занятия	
1 раз в неделю	9.30 - 10.30
1 раз в неделю	9.20 - 10.55
1 раз в неделю	9.30 – 11.20
1 раз в неделю	9.30 - 11.05
1 раз в неделю	9.30 - 11.40
Подготовка к прогулке, прогулке.	10.30 - 12.25
Физическая культура на улице 1 раз в неделю	11.00 – 11.25
Возвращение с прогулки, самостоятельная деятельность, подготовка к обеду.	12.25 - 12.40
Обед.	12.40 - 13.10
Подготовка ко сну. Дневной сон.	13.10 - 15.00
Постепенный подъем, гигиенические и физкультурно-оздоровительные процедуры	15.00 - 15.20
Чтение художественной литературы	15.20 - 15.40
Вечерний круг	15.40 - 16.00
Подготовка к полднику, полдник.	16.00 - 16.20
Подготовка к прогулке, прогулка, игры, уход домой.	16.20 - 18.00

Примерный режим дня на холодный период года

для подготовительной группы «Ладушки»

Режимные моменты	Время
Прием детей, осмотр, игры, индивидуальная работа с детьми по плану воспитателя	7.30 – 9.00
Утренняя гимнастика	9.00 - 9.10
Подготовка к завтраку, завтрак	9.10 - 9.20
Игры, самостоятельная деятельность	9.20 - 9.30
Организованная образовательная деятельность	
1 раза в неделю	9.30 - 11.40
2 раза в неделю	9.30 - 11.30
1 раза в неделю	9.30-11.45
1 раза в неделю	9.30-10.55
Подготовка к прогулке, прогулка	11.45 - 12.35
Возвращение с прогулки, самостоятельная деятельность, подготовка к обеду	12.35 - 12.45
Обед	12.45 - 13.15
Подготовка ко сну. Дневной сон	13.15 - 15.00
Постепенный подъем, гигиенические и оздоровительные процедуры, вечерняя гимнастика	15.00 - 15.20
Чтение художественной литературы.	15.20 - 15.40
Вечерний круг	15.40-16.00
Подготовка к полднику, полдник	16.00 – 16.20
Подготовка к прогулке, прогулка, игры, уход домой	16.20 - 18.00

**Примерный режим дня на теплый период года
для групп 10,5 – часового пребывания детей**

Содержание деятельности	Вторая группа раннего возраста «Веселый улей»	Младшая группа «Фабрика звезд»	Средняя группа «Ромашки»	Средняя группа «Солнышко»	Старшая группа «Ладушки»	Подготовительная группа «Теремок»
Прием детей, осмотр, игры, индивидуальная работа.	7.30-8.40	7.30-8.40	7.30-8.40	7.30-8.55	7.30-8.55	7.30-8.50
Утренняя гимнастика.	8.40-8.45	8.40-8.50	8.40-8.50	8.40-8.50	8.40-8.50	8.50-9.00
Подготовка к завтраку, завтрак.	8.45-9.20	8.50-9.15	8.50-9.15	9.50-9.15	9.50-9.15	9.00-9.20
Подготовка к прогулке, прогулка.	9.20-11.50	9.15-12.10	9.15-12.10	9.15-12.30	9.15-12.30	9.20-12.40
Возвращение	11.50-12.00	12.10-12.30	12.10-	12.30-12.45	12.30-12.45	12.40-12.45

е с прогулки.			12.30			
Подготовка к обеду. Обед.	12.00-12.30	12.30-13.00	12.30-13.00	12.45-13.15	12.45-13.15	12.45-13.15
Подготовка ко сну, дневной сон.	12.30-15.00	13.00-15.00	13.00-15.00	13.15-15.00	13.15-15.00	13.15-15.00
Постепенный подъем, гимнастика, водные и гигиенические процедуры.	15.00-15.25	15.00-15.25	15.00-15.25	15.00-15.25	15.00-15.25	15.00-15.25
Самостоятельная деятельность, чтение художественной литературы, игровая деятельность, индивидуальная работа с детьми.	15.30-16.00	15.30-16.00	15.30-16.00	15.30-16.00	15.30-16.00	15.30-16.00
Подготовка к полднику. Полдник.	16.00-16.30	16.00-16.30	16.00-16.30	16.00-16.25	16.00-16.25	16.00-16.25
Подготовка к прогулке. Прогулка. Уход домой.	16.30-18.00	16.30-18.00	16.30-18.00	16.25-18.00	16.25-18.00	16.25-18.00

3.5. Учебный план

Учебный план разработан с учетом специфики деятельности детского сада и контингента воспитанников. Детский сад работает с 7.30 до 18.00 в режиме пятидневной рабочей недели (выходные дни – суббота, воскресенье); длительность пребывания воспитанников в учреждении составляет 10,5 часов. Начало учебного года со 02.09.2024 г., окончание - 30.05.2025 г. Во время летнего оздоровительного периода увеличивается продолжительность прогулки, проводятся мероприятия художественно-эстетического и физкультурно-оздоровительного направлений (музыкальная, спортивная, оздоровительная, изобразительная и др.).

Учебный план определяет содержание воспитательно-образовательного процесса, который включает совокупность образовательных областей, их интеграцию: «Социально-коммуникативное развитие», «Познавательное развитие», «Речевое развитие», «Художественно-эстетическое развитие», «Физическое развитие», которые обеспечивают разностороннее развитие детей с учетом их возрастных и индивидуальных особенностей

Образовательная деятельность по реализации и освоению Программы включает:

1. Образовательная деятельность, осуществляемая в процессе организации различных видов деятельности

2. Образовательная деятельность, осуществляемая в ходе режимных процессов

3. Самостоятельная деятельность детей

4. Взаимодействие с семьями детей по реализации образовательной программы.

Продолжительность занятия, дневной суммарной образовательной нагрузки, перерывов между занятиями соответствуют СанПиН 1.2.3685-21

Образовательная нагрузка

Организованная образовательная деятельность										
Базовый вид деятельности	Вторая группа раннего возраста		Младшая группа		Средняя группа		Старшая группа		Подгот. к школе группа	
	Количество занятий		Количество занятий		Количество занятий		Количество занятий		Количество занятий	
	Недел я	Меся ц	Недел я	Меся ц	Недел я	Меся ц	Недел я	Меся ц	Недел я	Меся ц
Физическая культура в помещении	2	8	3	12	3	12	2	8	2	8
Физическая культура на воздухе	-	-	-	-	-	-	1	4	1	4
Взаимодействие взрослого с детьми в различных видах деятельности.										
Чтение художественной литературы	ежедневно		ежедневно		ежедневно		ежедневно		ежедневно	
Конструктивно-модельная деятельность	1	4	1	4	1	4	1	4	1	4
Игровая деятельность	ежедневно		ежедневно		ежедневно		ежедневно		ежедневно	
Общение при проведении режимных моментов.	ежедневно		ежедневно		ежедневно		ежедневно		ежедневно	
Дежурство	ежедневно		ежедневно		ежедневно		ежедневно		ежедневно	
Прогулка	ежедневно		ежедневно		ежедневно		ежедневно		ежедневно	
Самостоятельная деятельность детей.										
Самостоятельная игра	ежедневно		ежедневно		ежедневно		ежедневно		ежедневно	
Познавательно-исследовательская деятельность	ежедневно		ежедневно		ежедневно		ежедневно		ежедневно	
Самостоятельная деятельность детей в центрах развития (уголках)	ежедневно		ежедневно		ежедневно		ежедневно		ежедневно	
Оздоровительная работа										
Утренняя гимнастика.	ежедневно		ежедневно		ежедневно		ежедневно		ежедневно	
Комплексы закаливающих процедур.	ежедневно		ежедневно		ежедневно		ежедневно		ежедневно	
Гигиенические процедуры.	ежедневно		ежедневно		ежедневно		ежедневно		ежедневно	

Режим двигательной активности

Формы работы	Виды	Количество и длительность занятий (в мин.)				
Формы работы	Виды занятий	Количество и длительность занятий (в мин.) в зависимости от возраста детей				
		3-4 года	4-5 лет	5-6 лет	6-7 лет	
Самостоятельная двигательная деятельность	а) самостоятельное использование физкультурного и спортивно-игрового оборудования	Ежедневно	Ежедневно	Ежедневно	Ежедневно	
	б) самостоятельные подвижные и спортивные игры	Ежедневно	Ежедневно	Ежедневно	Ежедневно	
работа в режиме дня	(по желанию детей)					
	б) подвижные и спортивные игры и упражнения на прогулке	Ежедневно 2 раза (утром и вечером) 10-15	Ежедневно 2 раза (утром и вечером) 15-20	Ежедневно 2 раза (утром и вечером) 20-25	Ежедневно 2 раза (утром и вечером) 25-30	Ежедневно 2 раза (утром и вечером) 30-40
	в) физкультминутки (в середине статического занятия)	3-5 ежедневно в зависимости от вида и содержания занятий	3-5 ежедневно в зависимости от вида и содержания занятий	3-5 ежедневно в зависимости от вида и содержания занятий	3-5 ежедневно в зависимости от вида и содержания занятий	3-5 ежедневно в зависимости от вида и содержания занятий
Активный отдых	а) физкультурный досуг	1 раз в месяц 20	1 раз в месяц 20	1 раз в месяц 20	1 раз в месяц 30-45	1 раз в месяц 40
	б) физкультурный праздник	—	—	2 раза в год до 45 мин.	2 раза в год до 60 мин.	2 раза в год до 60 мин.
	в) день здоровья	1 раз в квартал	1 раз в квартал	1 раз в квартал	1 раз в квартал	1 раз в квартал

Расписание занятий на 2024 – 2025 учебный год

День недели	Группа					
	2 группа раннего возраста «Веселый теремок»	Младшая «Весёлый улей»	Средняя «Фабрика звезд»	Старшая «Ромашки»	Старшая «Солнышко»	Подготовит «Ладушки»
Понедельник	Рисование (по подгруппам) 9.30-9.40 9.50-10.00 Ознакомление с окружающим 15.15-15.25	Физическая культура 9.10-9.25 Развитие речи 9.35-9.50	Ознакомление с окружающим 9.30-09.50 Обучение грамоте (втор.пол.года) 10.00-10.20 Физическая культура 15.30-15.50	Музыка 9.30-9.55 Рисование 10.05-10.30	Ознакомление с окружающим 9.30-9.55 Музыка 10.05-10.30	Обучение грамоте 9.30-10.00 Рисование 10.10-10.40 Физическая культура 11.10-11.40

Вторник	Музыка 9.30-9.40 Математика 9.50-10.00	Физическая культура 9.10-9.25 Математика 9.35-9.50	Развитие речи 9.30-9.50 Лепка/ Аппликация 10.00-10.20	Математика 9.15-9.40 Музыка 09.55-10.20 Ознакомление с окружающим 10.30-10.55	Обучение грамоте 9.20-9.45 Рисование 09.55-10.20 Музыка 10.30-10.55	Математика 9.30-10.00 Ознакомление с окружающим 10.10-10.40 Физическая культура на воздухе 11.00-11.30
Среда	Физическая культура 9.15-9.25 Развитие речи 9.35-9.45	Ознакомление с окружающим 9.30-9.45 Лепка/ Аппликация 9.55-10.10	Музыка 10.10-10.30 Физическая культура 15.30-15.50	Обучение грамоте 9.30-9.55 Лепка/Аппликация 10.05-10.30 Физическая культура 10.40-11.05	Развитие речи 9.30-9.55 Рисование 10.05-10.30 Физическая культура 11.15-11.40	Музыка 9.30-10.00 Рисование 10.10-10.40 Ознакомление с окружающим (НРК) 10.50-11.20
Четверг	Музыка 9.20-9.30 Развитие речи 09.40-09.50	Рисование 9.10-9.25 Музыка 9.40-09.55	Математика 9.30-09.50 Рисование 10.00-10.20	Развитие речи 9.30-9.55 Физическая культура 10.05-10.30 Ознакомление с окружающим (НРК) 10.40-11.05	Математика 9.30-9.55 Физическая культура 10.40-11.05	Развитие речи 9.30-10.00 Лепка/Аппликация 10.10-10.40 Физическая культура 11.15-11.45
Пятница	Физическая культура 9.15-9.25 Лепка 9.35-9.45	Музыка 9.30-9.45 Физическая культура 15.10-15.25	Музыка 9.55-10.15 Физическая культура 15.35-15.50	Рисование 9.30-9.55 Физическая культура на воздухе 10.20-10.45	Лепка/Аппликация 9.30-9.55 Ознакомление с окружающим (НРК) 10.05-10.20 Физическая культура на воздухе 10.55-11.20	Математика 9.30-10.00 Музыка 10.25-10.55
	10 мин	15 мин	20 мин	25 мин	25 мин	30 мин

Приложение 1

Календарно-тематическое планирование Образовательная область «Физическая развитие» Занятие: физическая культура

Календарно-тематическое планирование во второй группе раннего возраста «Веселый теремок» (2-3 года).

Месяц	№	Программные задачи	Кол- во час	Дата прове- де- ния	Методическая литература
Сентябрь Задачи на месяц Побуждать детей к двигательной активности.	1	Учить детей: - прыгать на двух ногах на месте; - проползать заданное расстояние; - скатывать мяч с горки. Комплекс №1 с флажками.	1	4.09 4.09	С. Ю. Федорова Планы физкультурных занятий в ясельных группах детского сада М.: МОЗАИКА-СИНТЕЗ, 2022.с.27

Формировать умение сохранять устойчивое положение тела. Обеспечивать охрану и укрепление здоровье детей.	2	Учить детей: - проползать заданное расстояние до предмета; - катать мяч в паре с воспитателем. Повторить упражнение: - прыжки на двух ногах на месте с хлопками. Комплекс №1 с флажками.	1	6.09	С. Ю. Федорова Примерные планы физкультурных занятий в ясельных группах детского сада М.: МОЗАИКА-СИНТЕЗ, 2022.с.27
	3	Учить детей: - прыгать на двух ногах, слегка продвигаясь вперед; - проползать заданное расстояние (от игрушки к игрушке); - катать мяч двумя руками воспитателю. Комплекс №2 со скамейкой.	1	11.09	С. Ю. Федорова Примерные планы физкультурных занятий в ясельных группах детского сада М.: МОЗАИКА-СИНТЕЗ, 2022. с.28
	4	Учить детей: - проползать в вертикально стоящий обруч; Повторить упражнения: - прыжки на двух ногах, слегка продвигаясь вперед с хлопками; - катание шаров двумя руками друг другу. Комплекс №2 со скамейкой.	1	13.09	С. Ю. Федорова Примерные планы физкультурных занятий в ясельных группах детского сада М.:СИНТЕЗ, 2017.с.28
	5	Учить детей: - проползать в вертикально стоящий обруч за игрушкой; Повторить упражнения: - прыжки на двух ногах, слегка продвигаясь вперед с хлопками; - прокатывание мячей двумя руками друг другу и воспитателю. Комплекс №1 с флажками.	1	18.09	С. Ю. Федорова Примерные планы физкультурных занятий в ясельных группах детского сада М.: МОЗАИКА-СИНТЕЗ, 2022.с.29
	6	Учить детей: - проползать в воротца; Повторить упражнения: - подпрыгивание на двух ногах с хлопком; - прокатывание мяча одной рукой (правой и левой) воспитателю. Комплекс №1 с флажками.	1	20.09	С. Ю. Федорова Примерные планы физкультурных занятий в ясельных группах детского сада М.: МОЗАИКА-СИНТЕЗ, 2022.с. 29

	7	Учить детей: - подпрыгивать до ладони воспитателя, находящейся выше поднятых рук ребенка; Повторить упражнения: - проползание в вертикально стоящий обруч и воротца; - прокатывание мяча двумя руками и одной рукой друг другу. Комплекс №2 со скамейкой.	1	25.09	С. Ю. Федорова Примерные планы физкультурных занятий в ясельных группах детского сада М.: МОЗАИКА-СИНТЕЗ, 2022. с.30
	8	Повторить упражнения: - прыжки на двух ногах на месте и слегка продвигаясь вперед; - катание мяча двумя и одной рукой в паре с воспитателем. Комплекс №2 со скамейкой.	1	27.09	С. Ю. Федорова Примерные планы физкультурных занятий в ясельных группах детского сада М.: МОЗАИКА-СИНТЕЗ, 2022.с.30
Октябрь Задачи на месяц Способствовать психофизическому развитию детей. Формировать умение ориентироваться в пространстве.	9	Повторить упражнения: - подпрыгивание до предмета, находящегося выше поднятых рук ребенка; - прокатывание мяча одной и двумя руками. Учить детей: - подползать под веревку. Комплекс № 1 с платочками.	1	2.10	С. Ю. Федорова Примерные планы физкультурных занятий в ясельной группе детского сада М.: МОЗАИКА-СИНТЕЗ, 2022.с. 32
	10	Учить детей: - подползать под дугу; Повторить упражнения: - подпрыгивание до игрушки, находящейся выше поднятых рук ребенка; - прокатывание мяча одной и двумя руками под дугу. Комплекс № 1 с платочками.	1	4.10	С. Ю. Федорова Примерные планы физкультурных занятий в ясельной группе детского сада М.: МОЗАИКА-СИНТЕЗ, 2022 с.33
	11	Совершенствовать умение детей: - подпрыгивать до погремушки, подвешенной выше поднятых рук ребенка; - прокатывать мяч под дугу и проползать за ним; - подлезать под веревку. Комплекс №2 со стульчиками.	1	9.10	С. Ю. Федорова Примерные планы физкультурных занятий в ясельной группе детского сада М.: МОЗАИКА-СИНТЕЗ, 2022 с.33

	12	Совершенствовать умение детей: - прыгать на двух ногах на месте с подпрыгиванием до предмета, находящегося выше поднятых рук ребенка; - прокатывать мяч одной рукой (правой и левой); Учить детей: - бегать за мячом; Повторить упражнение: - проползание в вертикально стоящий обруч с захватом впереди стоящей игрушки. Комплекс №2 со стульчиками.	1	11.10	С. Ю. Федорова Примерные планы физкультурных занятий в ясельной группе детского сада М.: МОЗАИКА-СИНТЕЗ, 2022. с. 34
	13	Совершенствовать умение детей: - подпрыгивать до игрушки, находящейся выше поднятых рук ребенка; - проползать под веревку, приподнятую на 50 см от пола, за стоящей впереди игрушкой; - катать мяч среднего размера в паре с воспитателем и друг с другом. Комплекс №1 с платочками.	1	16.10	С. Ю. Федорова Примерные планы физкультурных занятий в ясельной группе детского сада М.: МОЗАИКА-СИНТЕЗ, 2022.с. 33-34
	14	Совершенствовать умение детей: - прыгать на двух ногах, сопровождающиеся небольшим продвижением вперед; - подползать под скамейку; - прокатывать мяч под скамейку одной рукой (поочередно правой и левой). Комплекс № 1 с платочками.	1	18.10	С. Ю. Федорова Примерные планы физкультурных занятий в ясельной группе детского сада М.: МОЗАИКА-СИНТЕЗ, 2022.с. 34
	15	Совершенствовать умение детей: - подпрыгивать до ладони воспитателя, находящейся выше поднятых рук ребенка, сопровождающееся небольшим продвижением вперед; - проползать в вертикально стоящий обруч и в воротца с захватом мяча. Комплекс № 2 со стульчиками.	1	23.10	С. Ю. Федорова Примерные планы физкультурных занятий в ясельной группе детского сада М.: МОЗАИКА-СИНТЕЗ, 2022.с. 35-36
	16	Закрепить умение: - проползать в вертикально стоящий обруч; - подпрыгивать до предмета, находящегося выше поднятых рук ребенка. Комплекс №2 со стульчиками.	1	25.10	С. Ю. Федорова Примерные планы физкультурных занятий в ясельной группе детского сада М.: МОЗАИКА-СИНТЕЗ, 2022.с. 36
	16	Закрепить умение: - проползать в вертикально стоящий обруч; - подпрыгивать до предмета, находящегося выше поднятых	1	30.10	С. Ю. Федорова Примерные планы физкультурных занятий в ясельной группе детского сада М.: МОЗАИКА-

		рук ребенка. Комплекс №2 со стульчиками.			СИНТЕЗ, 2022.с. 36
Ноябрь Задачи на месяц: Воспитывать умение действовать самостоятельно. Формировать основные жизненно важные движения. Развивать интерес к участию в подвижных играх и физических упражнениях. Обеспечивать закаливание организма детей.	17	Совершенствовать умение детей: - прыгать на двух ногах с продвижением вперед; - проползать в два вертикально стоящих друг за другом обруча; Учить: - скатывать мяч среднего размера с горки и скатываться вслед за ним. Комплекс № 1 с кубиками.	1	6.11	С. Ю. Федорова Примерные планы физкультурных занятий в ясельной группе детского сада М.: МОЗАИКА-СИНТЕЗ, 2022. 38
	18	Совершенствовать умение детей: - прыгать на двух ногах на месте с мячом в руках; - ползать с прокатыванием мяча перед собой; - катать мяч одной рукой между двумя игрушками. Комплекс № 1 с кубиками.	1	8.11	С. Ю. Федорова Примерные планы физкультурных занятий в ясельной группе детского сада М.: МОЗАИКА-СИНТЕЗ, 2022.с. 39
	19	Совершенствовать умение детей: - подпрыгивать до двух игрушек, находящихся выше поднятых рук ребенка, слегка продвигаясь вперед; - подползать под две скамейки, стоящие рядом; - прокатывать два мяча поочередно. Комплекс № 2 на мягких модулях.	1	13.11	С. Ю. Федорова Примерные планы физкультурных занятий в ясельной группе детского сада М.: МОЗАИКА-СИНТЕЗ, 2022.с. 39
	20	Совершенствовать умение детей: - подползать под гимнастическую палку, расположенную на высоте 50 см от пола; - прокатывать два мяча поочередно (двумя руками); - прыгать с продвижением вперед с мячом в руках. Комплекс № 2 на мягких модулях.	1	15.11	С. Ю. Федорова Примерные планы физкультурных занятий в ясельной группе детского сада М.: МОЗАИКА-СИНТЕЗ, 2022.с. 39-40
	21	Совершенствовать умение детей: - перепрыгивать через веревку на двух ногах; - подползать под гимнастическую палку, расположенную на высоте 50 см от пола; - прокатывать два мяча поочередно правой и левой рукой; Комплекс № 1 с кубиками.	1	20.11	С. Ю. Федорова Примерные планы физкультурных занятий в ясельной группе детского сада М.: МОЗАИКА-СИНТЕЗ, 2022. с. 40

	22	Совершенствовать умение детей: - подпрыгивать до погремушек, висящих выше поднятых рук ребенка; - подползать под скамейку; - прокатывать мяч друг другу и воспитателю. Комплекс № 1 с кубиками.	1	22.11	С. Ю. Федорова Примерные планы физкультурных занятий в ясельной группе детского сада М.: МОЗАИКА-СИНТЕЗ, 2022. с. 40-41
	23	Совершенствовать умение детей: - подпрыгивать до ладони воспитателя, находящейся выше поднятых рук ребенка, слегка продвигаясь вперед; - проползать в вертикально стоящий обруч с захватом мяча; - прокатывать мяч двумя и одной рукой друг другу, между предметами. Комплекс № 2 на мягких модулях.	1	27.11	С. Ю. Федорова Примерные планы физкультурных занятий в ясельной группе детского сада М.: МОЗАИКА-СИНТЕЗ, 2022.с. 41
	24	Закреплять умение: - проползать в вертикально стоящий обруч; - прокатывать мяч одной рукой (правой или левой). Комплекс № 2 на мягких модулях.	1	29.11	С. Ю. Федорова Примерные планы физкультурных занятий в ясельной группе детского сада М.: МОЗАИКА-СИНТЕЗ, 2022.с. 41-42
Декабрь Задачи на месяц Формировать умения в основных видах движений (ходьбе, беге, прыжках). Побуждать детей к двигательной активности. Формировать умение сохранять устойчивое положение тела. Совершенствовать грациозность, выразительность движений. Обеспечивать охрану труда и	25	Учить детей: - перепрыгивать через линию, веревку, лежащую на полу; - проползать в заданном направлении; Повторить упражнение: - скатывание мяча с горки. Комплекс № 1 с кубиками.	1	4.12	С. Ю. Федорова Примерные планы физкультурных занятий в ясельной группе детского сада М.: МОЗАИКА-СИНТЕЗ, 2022. с. 44
	26	Учить детей: - проползать заданное расстояние до предмета; - перепрыгивать через веревку, лежащую на полу; Повторить упражнение: - скатывание мяча с горки. Комплекс № 1 с кубиками.	1	6.12	С. Ю. Федорова Примерные планы физкультурных занятий в ясельной группе детского сада М.: МОЗАИКА-СИНТЕЗ, 2022.с. 44-45
	27	Совершенствовать умение детей: - прыгать на двух ногах с небольшим продвижением вперед; - катать мяч двумя руками воспитателю; Учить детей: - перелезать через валик. Комплекс № 2 со скамейкой.	1	11.12	С. Ю. Федорова Примерные планы физкультурных занятий в ясельной группе детского сада М.: МОЗАИКА-СИНТЕЗ, 2022.с. 45

укрепление здоровье детей.	28	Совершенствовать умение детей: - проползать в вертикально стоящий обруч; - прыгать на двух ногах слегка продвигаясь вперед с хлопками; - катать мяч двумя руками друг другу. Комплекс № 2 со скамейкой.	1	13.12	С. Ю. Федорова Примерные планы физкультурных занятий в ясельной группе детского сада М.: МОЗАИКА-СИНТЕЗ, 2017.с.45-46
	29	Совершенствовать умение детей: - проползать в вертикально стоящий обруч за игрушкой; - прыгать на двух ногах с небольшим продвижением вперед с хлопками; - катать мяч двумя руками друг другу и воспитателю. Комплекс № 1 с кубами.	1	18.12	С. Ю. Федорова Примерные планы физкультурных занятий в ясельной группе детского сада М.: МОЗАИКА- СИНТЕЗ, 2022. с.46
	30	Учить детей: - проползать в воротца; Совершенствовать умение детей: - подпрыгивать на двух ногах с хлопком; - прокатывать мяч двумя руками воспитателю. Комплекс № 1 с кубами.	1	20.12	С. Ю. Федорова Примерные планы физкультурных занятий в ясельной группе детского сада М.: МОЗАИКА- СИНТЕЗ, 2022. с. 46
	31	Совершенствовать умение детей: - подпрыгивать до ладони воспитателя, находящейся выше поднятых рук ребенка; - подползать под скамейку; - прокатывать мяч двумя и одной рукой друг другу. Комплекс № 2 со скамейкой.	1	25.12	С. Ю. Федорова Примерные планы физкультурных занятий в ясельной группе детского сада М.: МОЗАИКА-СИНТЕЗ, 2022.с. 47
	32	Закреплять умения: - прыгать на двух ногах на месте и продвигаясь вперед; - катать мяч двумя и одной рукой в паре с воспитателем. Комплекс № 2 со скамейкой.	1	27.12	С. Ю. Федорова Примерные планы физкультурных занятий в ясельной группе детского сада М.: МОЗАИКА-СИНТЕЗ, 2022. с.47
Январь Задачи на месяц Способствовать психофизическо му развитию детей. Учить	33	Учить детей: - прыгать в высоту; Повторить упражнения: - Перелезание через валик; Бросание мяча двумя руками снизу.	1	8.01 8.01	С. Ю. Федорова Примерные планы физкультурных занятий в ясельной группе детского сада.: МОЗАИКА-СИНТЕЗ, 2022. с.49-50

выразительность и движений. Обеспечивать закаливание организма детей.	34	Учить детей: - подползать под дугу; - Подпрыгивать до игрушки, находящийся выше поднятых рук ребенка; - прокатывать мяч одной и двумя руками под дугу.	1	10.01	С. Ю. Федорова Примерные планы физкультурных занятий в ясельной группе детского сада М.: МОЗАИКА-СИНТЕЗ, 2022. с.50
	35	Учить детей: - перепрыгивать через веревку, лежащую на полу; - бросать мяч двумя руками снизу; Повторить упражнение: - подлезание под веревку. Комплекс № 2 со стульчиками.	1	15.01	С. Ю. Федорова Примерные планы физкультурных занятий в ясельной группе детского сада М.: МОЗАИКА-СИНТЕЗ, 2022. с.50-51
	36	Совершенствовать умение детей: - прыгать на двух ногах на месте с подпрыгиванием до предмета, находящегося выше поднятых рук ребенка; - проползать в вертикально стоящий обруч с захватом впереди стоящей игрушки; Учить детей: - ловить мяч, брошенный воспитателем. Комплекс № 2 со стульчиками.	1	17.01	С. Ю. Федорова Примерные планы физкультурных занятий в ясельной группе детского сада М.: МОЗАИКА-СИНТЕЗ, 2022. с.51
	37	Совершенствовать умение детей: - допрыгивать до игрушки, находящейся выше поднятых рук ребенка; - подползать под веревку с захватом стоящей впереди игрушки; Повторить упражнение: - бросание мяча двумя руками снизу. Комплекс №1 с лентами.	1	22.01	С. Ю. Федорова Примерные планы физкультурных занятий в ясельной группе детского сада М.: МОЗАИКА-СИНТЕЗ, 2022. с.51-52
	38	Совершенствовать умение детей: - прыгать на двух ногах с небольшим продвижением вперед; - перелезать через валик; Учить детей: - перебрасывать малый мяч через ленту, натянутую на уровне груди ребенка. Комплекс №1 с лентами.	1	24.01	С. Ю. Федорова Примерные планы физкультурных занятий в ясельной группе детского сада М.: МОЗАИКА-СИНТЕЗ, 2022. с.52

	39	Совершенствовать умение детей: - подпрыгивать до ладони воспитателя, находящейся выше поднятых рук ребенка, слегка продвигаясь вперед; - пролезать под скамейку; Учить детей: - перебрасывать малый мяч через веревку, натянутую на уровне груди ребенка Комплекс № 2 со стульчиками.	1	29.01	С. Ю. Федорова Примерные планы физкультурных занятий в ясельной группе детского сада М.: МОЗАИКА-СИНТЕЗ, 2022. с.52-53
	40	Закрепить умение: - перепрыгивать через веревку, лежащую на полу; - проползать в заданном направлении. Комплекс № 2 со стульчиками.	1	31.01	С. Ю. Федорова Примерные планы физкультурных занятий в ясельной группе детского сада М.: МОЗАИКА-СИНТЕЗ, 2022. с.53
Февраль Задачи на месяц Воспитывать умение самостоятельно действовать. Формировать основные жизненно важные движения. Обеспечивать закаливание организма детей.	41	Совершенствовать умение детей: - прыгать на двух ногах с продвижением вперед (от игрушки к игрушке); - проползать в два вертикально стоящих обруча; - скатывать мяч с горки, скатываться вслед за ним. Комплекс №1 с кубиками.	1	5.02	С. Ю. Федорова Примерные планы физкультурных занятий в ясельной группе детского сада М.: МОЗАИКА-СИНТЕЗ, 2022. с. 55-56
	42	Совершенствовать умение детей: - прыгать на двух ногах с мячом в руках; - прокатывать мяч одной рукой между двумя игрушками; Закреплять умение: - проползать в заданном расстоянии, прокатывая мяч перед собой. Комплекс №1 с кубиками.	1	7.02	С. Ю. Федорова Примерные планы физкультурных занятий в ясельной группе детского сада М.: МОЗАИКА-СИНТЕЗ, 2022. с. 56
	43	Совершенствовать умение детей: - прыгать на двух ногах слегка продвигаясь вперед; Учить детей: - подползать под двумя скамейками, стоящими рядом; - ловить мяч.	1	12.02	С. Ю. Федорова Примерные планы физкультурных занятий в ясельной группе детского сада М.: МОЗАИКА-СИНТЕЗ, 2022. с. 56
	44	Совершенствовать умение детей: - прыгать с продвижением вперед с мячом в руках; - проходить по дорожке; - прокатывать два мяча поочередно (двумя руками) под дугу.	1	14.02	С. Ю. Федорова Примерные планы физкультурных занятий в ясельной группе детского сада М.: МОЗАИКА-СИНТЕЗ, 2022. с. 57

	45	Совершенствовать умение детей в: - перепрыгивание через веревочку (или гимнастическую палку), лежащую на полу, на двух ногах; - подползать под гимнастическую палку, расположенную на высоте 50 см от пола; Учить детей: - прокатывать два мяча поочередно правой и левой рукой. Комплекс №1 с кубиками.	1	19.02	С. Ю. Федорова Примерные планы физкультурных занятий в ясельной группе детского сада М.: МОЗАИКА-СИНТЕЗ, 2017. с. 57
	46	Совершенствовать умение детей в: - подпрыгивать до погремушек, висящих выше поднятых рук ребенка; - проползать в воротца; - бросать мяч двумя руками снизу. Комплекс №1 с кубиками.	1	21.02	С. Ю. Федорова Примерные планы физкультурных занятий в ясельной группе детского сада М.: МОЗАИКА-СИНТЕЗ, 2022.с. 58
	47	Совершенствовать умение детей в: - подпрыгивать до ладони воспитателя, находящейся выше поднятых рук ребенка, слегка продвигаясь вперед; - проползать в вертикально стоящий обруч и в воротца с захватом мяча; - прокатывать мяч двумя руками и одной рукой друг другу, между предмета. Комплекс №2 на мягких модулях.	1	26.02	С. Ю. Федорова Примерные планы физкультурных занятий в ясельной группе детского сада М.: МОЗАИКА-СИНТЕЗ, 2022.с. 58
	48	Закрепить умение: - подползать под веревку; - бросать мяч двумя руками снизу; - перепрыгивать через гимнастические палки, расположенные на расстоянии 50 см друг от друга. Комплекс №2 на мягких модулях.	1	28.02	С. Ю. Федорова Примерные планы физкультурных занятий в ясельной группе детского сада М.: МОЗАИКА-СИНТЕЗ, 2022.с. 59

Март Задачи на месяц: Побуждать к двигательной активности. Учить разнообразно действовать с мячом. Обеспечивать укрепление здоровья детей.	49	Повторить упражнения: - бросание мяча воспитателю; - перепрыгивание через веревку лежащую на полу. Совершенствовать умение детей в: - проползать заданное расстояние. Комплекс №1 с флажками.	1	5.03	С. Ю. Федорова Примерные планы физкультурных занятий в ясельной группе детского сада М.: МОЗАИКА-СИНТЕЗ, 2022.с. 61
	50	Совершенствовать умение детей в: - Проползать заданное расстояние до предмета; - катать мяч между предметами; Учить детей: - прыгать на двух ногах с места как можно дальше. Комплекс №1 с флажками.	1	7.03	С. Ю. Федорова Примерные планы физкультурных занятий в ясельной группе детского сада М.: МОЗАИКА-СИНТЕЗ, 2022. с.61-62
	51	Учить детей: - прыгать на двух ногах с места как можно дальше; - перелезать через бревно; Повторить упражнение: - бросание мяча двумя руками воспитателю. Комплекс №2 со скамейкой.	1	12.03	С. Ю. Федорова Примерные планы физкультурных занятий в ясельной группе детского сада М.: МОЗАИКА-СИНТЕЗ, 2022. с.62
	52	Учить детей: - перелезать через бревно; - прокатывать мяч двумя руками в произвольном направлении; Повторить упражнение: - прыжки на двух ногах как можно дальше. Комплекс №2 со скамейкой.	1	14.03	С. Ю. Федорова Примерные планы физкультурных занятий в ясельной группе детского сада М.: МОЗАИКА-СИНТЕЗ, 2022. с. 62-63
	53	Учить детей: -влезать на лестницу стремянку; - прыгать на двух ногах как можно дальше; - прокатывать мяч двумя руками друг ругу в произвольном направлении.	1	19.03	С. Ю. Федорова Примерные планы физкультурных занятий в ясельной группе детского сада М.: МОЗАИКА-СИНТЕЗ, 2022. с. 63
	54	Совершенствовать умение детей: - перелезать через бревно; - прыгать на двух ногах как можно дальше; - прокатывать мяч одной рукой.	1	21.03	С. Ю. Федорова Примерные планы физкультурных занятий в ясельной группе детского сада М.: МОЗАИКА-СИНТЕЗ, 2022. с. 63-64

	55	Повторить упражнение: - перепрыгивание через веревочку (или гимнастическую палку), лежащую на полу, на двух ногах; Совершенствовать умение детей: - проползать заданное расстояние до ориентира; - прокатывать мяч двумя и одной рукой друг другу. Комплекс №2 со скамейкой.	1	26.03	С. Ю. Федорова Примерные планы физкультурных занятий в ясельной группе детского сада М.: МОЗАИКА-СИНТЕЗ, 2022.с. 64
	56	Закрепить умение: - прыгать на двух ногах с места как можно дальше; - бросать мяч в паре с воспитателем. Комплекс №2 со скамейкой.	1	28.03	С. Ю. Федорова Примерные планы физкультурных занятий в ясельной группе детского сада М.: МОЗАИКА-СИНТЕЗ, 2022.с. 64
Апрель Задачи на месяц: Способствовать психофизическому развитию детей. Формировать умение ориентироваться в пространстве. Обеспечивать закаливание организма детей.	57	Совершенствовать умение детей: - подпрыгивать до предмета, находящегося выше поднятых рук ребенка; - прокатывать мяч одной и двумя руками; Повторить упражнение: - подползание под веревку. Комплекс №1 с платочками.	1	2.04	С. Ю. Федорова Примерные планы физкультурных занятий в ясельной группе детского сада М.: МОЗАИКА-СИНТЕЗ, 2022. с. 67
	58	Повторить упражнение: - подползание под дугу; Совершенствовать умение детей: - прыгать с места на двух ногах как можно дальше; - прокатывать мяч одной и двумя руками под дугу. Комплекс №1 с платочками.	1	4.04	С. Ю. Федорова Примерные планы физкультурных занятий в ясельной группе детского сада М.: МОЗАИКА-СИНТЕЗ, 2022.с.67
	59	Совершенствовать умение детей: - подпрыгивать до предмета находящегося выше поднятых рук ребенка; - проползать в вертикально стоящий обруч; Повторить упражнение: - прокатывание мяча между предметами. Комплекс №2 со стульчиками.	1	9.04	С. Ю. Федорова Примерные планы физкультурных занятий в ясельной группе детского сада М.: МОЗАИКА-СИНТЕЗ, 2022.с.68

	60	Совершенствовать умение детей: - прыжках на двух ногах на месте с подпрыгиванием до предмета, находящегося выше поднятых рук ребенка; - проползать под гимнастическую скамейку с захватом впереди стоящей игрушки; - прокатывать мяч одной рукой (правой и левой), бег за мячом. Комплекс №2 со стульчиками.	1	11.04	С. Ю. Федорова Примерные планы физкультурных занятий в ясельной группе детского сада М.: МОЗАИКА-СИНТЕЗ, 2022. с. 68
	61	Совершенствовать умение детей: - подпрыгивать до игрушки находящегося выше поднятых рук ребенка; - прокатывать мяч между предметами; - подползать под веревку (высота 30-40 см) с захватом стоящей впереди игрушки. Комплекс №1 с платочками.	1	16.04	С. Ю. Федорова Примерные планы физкультурных занятий в ясельной группе детского сада М.: МОЗАИКА-СИНТЕЗ, 2022. с. 69
	62	Учить детей: - перепрыгивать через две параллельные линии; Совершенствовать умение детей в: - перелезание через бревно; - прокатывать мяч между предметами. Комплекс №1 с платочками.	1	18.04	С. Ю. Федорова Примерные планы физкультурных занятий в ясельной группе детского сада М.: МОЗАИКА-СИНТЕЗ, 2022. с. 69-70
	63	Учить детей: - перепрыгивать через две параллельные линии; Повторить упражнение: - влезание на лестницу-стремянку с помощью взрослого (попытки); Совершенствовать умение детей: - прокатывать мяч двумя и одной рукой друг другу между предметами. Комплекс №2 со стульчиками.	1	23.04	С. Ю. Федорова Примерные планы физкультурных занятий в ясельной группе детского сада М.: МОЗАИКА-СИНТЕЗ, 2022. с. 70
	64	Закрепить умение: - проползать в вертикально стоящий обруч; - прокатывать мяч в произвольном направлении. Комплекс №2 со стульчиками.	1	25.04	С. Ю. Федорова Примерные планы физкультурных занятий в ясельной группе детского сада М.: МОЗАИКА-СИНТЕЗ, 2022. с. 70-71

Май Задачи на месяц: Воспитывать умение действовать самостоятельно. Формировать основные жизненно важные движения. Обеспечивать закаливание организма детей.	65	Совершенствовать умение детей: - прыгать с продвижением вперед (от игрушки к игрушке); - проползать в два вертикально стоящих обруча; - скатывать мяч с горки и скатываться вслед за ним. Комплекс №1 с кубиками.	1	30.04	С. Ю. Федорова Примерные планы физкультурных занятий в ясельной группе детского сада М.: МОЗАИКА-СИНТЕЗ, 2022.с. 73
	66	Совершенствовать умение детей: - прыгать на двух ногах с места как можно дальше; - влезать на лестницу- стремянку с помощью взрослого (попытки); - прокатывать мяч одной рукой (правой и левой поочередно) между двумя игрушками. Комплекс №1 с кубиками.	1	2.05	С. Ю. Федорова Примерные планы физкультурных занятий в ясельной группе детского сада М.: МОЗАИКА-СИНТЕЗ, 2022с. 73-74
	67	Совершенствовать умение детей: - подпрыгивать до двух игрушек, находящихся выше поднятых рук ребенка, слегка продвигаясь вперед; - подползать под две скамейки, стоящие рядом; - прокатывать два мяча поочередно (двумя руками) между предметами. Комплекс №2 на мягких модулях.	1	7.05	С. Ю. Федорова Примерные планы физкультурных занятий в ясельной группе детского сада М.: МОЗАИКА-СИНТЕЗ, 2017. с. 74
	68	Совершенствовать умение детей: - подползать под гимнастическую палку, расположенную на высоте 50 см от пола; - прокатывать два мяча поочередно (двумя руками) под дугу; - прыгать с места как можно дальше с мячом в руках. Комплекс №2 на мягких модулях.	1	14.05	С. Ю. Федорова Примерные планы физкультурных занятий в ясельной группе детского сада М.: МОЗАИКА-СИНТЕЗ, 2017. с.74-75
	69	Совершенствовать умение детей: - перелезать через бревно; - прокатывать два мяча поочередно правой и левой рукой в произвольном направлении; Повторить упражнение: - перепрыгивание через веревку, лежащую на полу. Комплекс №1 с кубиками.	1	16.05	С. Ю. Федорова Примерные планы физкультурных занятий в ясельной группе детского сада М.: МОЗАИКА-СИНТЕЗ, 2017. с. 75

	70	Совершенствовать умение детей: - перепрыгивать через веревку, лежащую на полу; - подползать под скамейку; - бросать мяч взрослому. Комплекс №1 с кубиками.	1	21.05	С. Ю. Федорова Примерные планы физкультурных занятий в ясельной группе детского сада М.: МОЗАИКА-СИНТЕЗ, 2022.с. 75
	71	Повторить упражнение: - прыжки через две параллельные линии; Совершенствовать умение детей: - влезать на лестницу-стремянку (попытки); - прокатывать мяч под дугой поочередно правой и левой рукой. Комплекс №2 на мягких модулях.	1	23.05	С. Ю. Федорова Примерные планы физкультурных занятий в ясельной группе детского сада М.: МОЗАИКА-СИНТЕЗ, 2022.с. 76
	72	Закрепить умение: -подползать под гимнастическую палку; - прыгать с места на двух ногах до зрительного ориентира; - прокатывать мячи поочередно правой и левой рукой между предметами. Комплекс №2 на мягких модулях.	1	28.05	С. Ю. Федорова Примерные планы физкультурных занятий в ясельной группе детского сада М.: МОЗАИКА-СИНТЕЗ, 2022.с. 76

**Образовательная область «Физическая развитие»
Занятие: физическая культура**

**Календарное планирование
в младшей группе «Веселый улей», 3-4 года**

Месяц	№ ООД	Программные задачи	Кол-во час	Дата проведения	Методическая литература
Сентябрь	1	Развивать ориентировку в пространстве при ходьбе в разных направлениях; учить ходьбе по уменьшенной площади опоры, сохраняя равновесие.	1	2.09	Л.И. Пензулаева «Физическая культура в детском саду» 3-4 года стр.24-25
	1	Развивать ориентировку в пространстве при ходьбе в разных направлениях; учить ходьбе по уменьшенной площади опоры, сохраняя равновесие.	1	3.09	Л.И. Пензулаева «Физическая культура в детском саду»3-4 года стр.24-25
	1	Развивать ориентировку в пространстве при ходьбе в разных направлениях; учить ходьбе по уменьшенной площади опоры, сохраняя равновесие.	1	6.09	Л.И. Пензулаева «Физическая культура в детском саду 3-4 года стр.24-25

	2	Упражнять детей в ходьбе и беге всей группой в прямом направлении за воспитателем; прыжках на двух ногах на месте.	1	9.09	Л.И. Пензулаева «Физическая культура в детском саду 3-4 года стр.25-27
	2*	Упражнять детей в ходьбе и беге всей группой в прямом направлении за воспитателем; прыжках на двух ногах на месте.	1	10.09	Л.И. Пензулаева «Физическая культура в детском саду» стр.25-27
	2**	Упражнять детей в ходьбе и беге всей группой в прямом направлении за воспитателем; прыжках на двух ногах на месте.	1	13.09	Л.И. Пензулаева «Физическая культура в детском саду 3-4 года стр.25-27
	3	Развивать умение действовать по сигналу воспитателя; учить энергично отталкивать мяч при прокатывании	1	16.09	Л.И. Пензулаева «Физическая культура в детском са 3-4 года стр27
	3*	Развивать умение действовать по сигналу воспитателя; учить энергично отталкивать мяч при прокатывании	1	17.09	Л.И. Пензулаева «Физическая культура в детском сад 3-4 года стр.27
	3**	Развивать умение действовать по сигналу воспитателя; учить энергично отталкивать мяч при прокатывании	1	20.09	Л.И. Пензулаева «Физическая культура в детском саду» 3-4 года стр.27
	4	Развивать ориентировку в пространстве, умение действовать по сигналу; группироваться при лазании под шнур.	1	23.09	Л.И. Пензулаева «Физическая культура в детском саду» 3-4 года стр.28-30
	4*	Развивать ориентировку в пространстве, умение действовать по сигналу; группироваться при лазании под шнур.	1	24.09	Л.И. Пензулаева «Физическая культура в детском саду» 3-4 года стр.28-30
	4**	Развивать ориентировку в пространстве, умение действовать по сигналу; группироваться при лазании под шнур.	1	27.09 27.09	Л.И. Пензулаева «Физическая культура в детском саду» 3-4 года стр.28-30
		Повторить занятие № 4 Развивать ориентировку в пространстве, умение действовать по сигналу; группироваться при лазании под шнур.	1	30.09 30.09	Л.И. Пензулаева «Физическая культура в детском саду» Младшая группа стр.26-27
Октябрь	5	Упражнять в сохранении равновесия при ходьбе на ограниченной площади опоры; развивать умение приземляться на полусогнутые ноги в прыжках.	1	1.10	Л.И. Пензулаева «Физическая культура в детском саду 3-4 года стр.31-32

5*	Упражнять в сохранении равновесия при ходьбе на ограниченной площади опоры: развивать умение приземляться на полусогнутые ноги в прыжках.	1	4.10	Л.И. Пензулаева «Физическая культура в детском саду» 3-4 года стр.31-32
5**	Упражнять в сохранении равновесия при ходьбе на ограниченной площади опоры: развивать умение приземляться на полусогнутые ноги в прыжках.	1	7.10	Л.И. Пензулаева «Физическая культура в детском саду» 3-4 года стр.31-32
6	Упражнять в прыжках с приземлением на полусогнутые ноги; в энергичном отталкивании мяча при прокатывании друг другу.	1	8.10 8.10	Л.И. Пензулаева «Физическая культура в детском саду» 3-4 года стр.32-33
6*	Упражнять в прыжках с приземлением на полусогнутые ноги; в энергичном отталкивании мяча при прокатывании друг другу.	1	11.10	Л.И. Пензулаева «Физическая культура в детском саду» 3-4 года стр.32-33
6**	Упражнять в прыжках с приземлением на полусогнутые ноги; в энергичном отталкивании мяча при прокатывании друг другу.	1	14.10	Л.И. Пензулаева «Физическая культура в детском саду» 3-4 года стр.32-33
7	Упражнять детей в ходьбе и беге с остановкой по сигналу; в ползании. Развивать ловкость в игровом задании с мячом.	1	15.10	Л.И. Пензулаева «Физическая культура в детском саду» 3-4 года стр.33-35
7*	Упражнять детей в ходьбе и беге с остановкой по сигналу; в ползании. Развивать ловкость в игровом задании с мячом.	1	18.10	Л.И. Пензулаева «Физическая культура в детском саду» 3-4 года стр.33-35
7**	Упражнять детей в ходьбе и беге с остановкой по сигналу; в ползании. Развивать ловкость в игровом задании с мячом.	1	21.10	Л.И. Пензулаева «Физическая культура в детском саду» 3-4 года стр.33-35
8	Упражнять детей в ходьбе и беге по кругу, с поворотом в другую сторону по сигналу воспитателя; развивать координацию движений при ползании на четвереньках и упражнений в равновесии.	1	22.10	Л.И. Пензулаева «Физическая культура в детском саду» 3-4 года стр.35-37
8*	Упражнять детей в ходьбе и беге по кругу, с поворотом в другую сторону по сигналу воспитателя; развивать координацию движений при ползании на четвереньках и упражнений в равновесии.	1	25.10 25.10	Л.И. Пензулаева «Физическая культура в детском саду» 3-4 года стр. 35-37

	8**	Упражнять детей в ходьбе и беге по кругу, с поворотом в другую сторону по сигналу воспитателя; развивать координацию движений при ползании на четвереньках и упражнений в равновесии.	1	28.10	Л.И. Пензулаева «Физическая культура в детском саду» 3-4 года стр. 35-37
		Повторить упражнение 8. Упражнять детей в ходьбе и беге по кругу, с поворотом в другую сторону по сигналу воспитателя; развивать координацию движений при ползании на четвереньках и упражнений в равновесии.	1	29.10	Л.И. Пензулаева «Физическая культура в детском саду» 3-4 года стр. 35-37
Ноябрь	9	Упражнять детей в ходьбе по ограниченной площади опоры, в приземлении на полусогнутые ноги в прыжках.	1	1.11	Л.И. Пензулаева «Физическая культура в детском саду 3-4 года стр. 38-39
	9*	Упражнять детей в равновесии при ходьбе по ограниченной площади опоры, в приземлении на полусогнутые ноги в прыжках.	1	5.11	Л.И. Пензулаева «Физическая культура в детском саду» 3-4 года стр. 38-39
	9**	Упражнять детей в равновесии при ходьбе по ограниченной площади опоры, в приземлении на полусогнутые ноги в прыжках.	1	8.11	Л.И. Пензулаева «Физическая культура в детском саду» 3-4 года стр. 38-39
	10	Упражнять в ходьбе колонной по одному с выполнением заданий; прыжках из обруча в обруч, учить приземляться на полусогнутые ноги; упражнять в прокатывании мяча друг другу, развивая координацию движений и глазомер.	1	11.11 11.11	Л.И. Пензулаева «Физическая культура в детском саду» 3-4 года стр. 40-41
	10*	Упражнять в ходьбе колонной по одному с выполнением заданий; прыжках из обруча в обруч, учить приземляться на полусогнутые ноги; упражнять в прокатывании мяча друг другу, развивая координацию движений и глазомер.	1	12.11	Л.И. Пензулаева «Физическая культура в детском саду 3-4 года стр. 40-41

	10**	Упражнять в ходьбе колонной по одному с выполнением заданий; прыжках из обруча в обруч, учить приземляться на полусогнутые ноги; упражнять в прокатывании мяча друг другу, развивая координацию движений и глазомер.	1	15.11	Л.И. Пензулаева «Физическая культура в детском саду» 3-4 года стр.40-41
	11	Развивать умение действовать по сигналу воспитателя; развивать координацию движений и ловкость при прокатывании мяча между предметами; упражнять в ползании.	1	18.11	Л.И. Пензулаева «Физическая культура в детском саду» 3-4 года стр.42-43
	11*	Развивать умение действовать по сигналу воспитателя; развивать координацию движений и ловкость при прокатывании мяча между предметами; упражнять в ползании.	1	19.11	Л.И. Пензулаева «Физическая культура в детском саду» 3-4 года стр.42-43
	11**	Развивать умение действовать по сигналу воспитателя; развивать координацию движений и ловкость при прокатывании мяча между предметами; упражнять в ползании.	1	22.11	Л.И. Пензулаева «Физическая культура в детском саду» 3-4 года стр.42-43
	12	Упражнять детей в ходьбе с выполнением заданий, развивая внимание, реакцию на сигнал воспитателя; в ползании, развивая координацию движений; в равновесии.	1	25.11 25.11	Л.И. Пензулаева «Физическая культура в детском саду» 3-4 года стр.44-45
	12*	Упражнять детей в ходьбе с выполнением заданий, развивая внимание, реакцию на сигнал воспитателя; в ползании, развивая координацию движений; в равновесии.	1	26.11	Л.И. Пензулаева «Физическая культура в детском саду» 3-4 года стр. 44-45
	12**	Упражнять детей в ходьбе с выполнением заданий, развивая внимание, реакцию на сигнал воспитателя; в ползании, развивая координацию движений; в равновесии.	1	29.11	Л.И. Пензулаева «Физическая культура в детском саду» 3-4 года стр. 44-45

Декабрь	13	Упражнять детей в ходьбе и беге враспынную, развивая ориентировку в пространстве; в сохранении устойчивого равновесия и прыжках.	1	2.12	Л.И. Пензулаева «Физическая культура в детском саду 3-4 года стр.45-47
	13*	Упражнять детей в ходьбе и беге враспынную, развивая ориентировку в пространстве; в сохранении устойчивого равновесия и прыжках.	1	3.12	Л.И. Пензулаева «Физическая культура в детском саду 3-4 года стр.45-47
	13**	Упражнять детей в ходьбе и беге враспынную, развивая ориентировку в пространстве; в сохранении устойчивого равновесия и прыжках.	1	6.12	Л.И. Пензулаева «Физическая культура в детском саду» 3-4 года стр.45-47
	14	Упражнять в ходьбе и беге с выполнением заданий; в приземлении на полусогнутые ноги в прыжках со скамейки; в прокатывании мяча.		9.12	Л.И. Пензулаева «Физическая культура в детском саду» 3-4 года стр.48
	14*	Упражнять в ходьбе и беге с выполнением заданий; в приземлении на полусогнутые ноги в прыжках со скамейки; в прокатывании мяча.		10.12	Л.И. Пензулаева «Физическая культура в детском саду» 3-4 года стр.48
	14**	Упражнять в ходьбе и беге с выполнением заданий; в приземлении на полусогнутые ноги в прыжках со скамейки; в прокатывании мяча.	1	13.12	Л.И. Пензулаева «Физическая культура в детском саду 3-4 года стр.48
	15	Упражнять детей в ходьбе и беге с остановкой по сигналу воспитателя; в прокатывании мяча между предметами, умении группироваться при лазание под дугу.	1	16.12	Л.И. Пензулаева «Физическая культура в детском саду» 3-4 года стр.49-50
	15*	Упражнять детей в ходьбе и беге с остановкой по сигналу воспитателя; в прокатывании мяча между предметами, умении группироваться при лазание под дугу.	1	17.12	Л.И. Пензулаева «Физическая культура в детском саду 3-4 года стр.49-50
	15**	Упражнять детей в ходьбе и беге с остановкой по сигналу воспитателя; в прокатывании мяча между предметами, умении группироваться при лазание под дугу.	1	20.12	Л.И. Пензулаева «Физическая культура в детском саду» 3-4 года стр.49-50

	16	Упражнять детей в ходьбе и беге враспынную, развивая ориентировку в пространстве; упражнять в ползании на повышенной опоре: и сохранении равновесия при ходьбе по доске.	1	23.12 23.12	Л.И. Пензулаева «Физическая культура в детском саду» 3-4 года стр.51-52
	16*	Упражнять детей в ходьбе и беге враспынную, развивая ориентировку в пространстве; упражнять в ползании на повышенной опоре: и сохранении равновесия при ходьбе по доске.		24.12	Л.И. Пензулаева «Физическая культура в детском саду» 3-4 года стр.51-52
	16**	Упражнять детей в ходьбе и беге враспынную, развивая ориентировку в пространстве; упражнять в ползании на повышенной опоре: и сохранении равновесия при ходьбе по доске.	1	27.12	Л.И. Пензулаева «Физическая культура в детском саду» 3-4 года стр.51-52
Январь	17	Упражнять детей в ходьбе колонной по одному, беге враспынную; в прыжках на двух ногах между предметами; в прокатывании мяча, развивая ловкость и глазомер.	1	10.01	Л.И. Пензулаева «Физическая культура в детском саду» 3-4 года стр.53-54
	17*	Упражнять детей в ходьбе колонной по одному, беге враспынную; в прыжках на двух ногах между предметами; в прокатывании мяча, развивая ловкость и глазомер.	1	13.01 13.01	Л.И. Пензулаева «Физическая культура в детском саду» 3-4 года стр.53-54
	17**	Упражнять детей в ходьбе колонной по одному, беге враспынную; в прыжках на двух ногах между предметами; в прокатывании мяча, развивая ловкость и глазомер.	1	14.01 14.01	Л.И. Пензулаева «Физическая культура в детском саду» 3-4 года стр.53-54
	18	Упражнять в умении действовать по сигналу воспитателя в ходьбе вокруг предметов; развивать ловкость при катании мяча друг другу; повторить упражнение в ползании, развивая координацию движений.	1	17.01	Л.И. Пензулаева «Физическая культура в детском саду» 3-4 года стр.55-56
	18*	Упражнять в умении действовать по сигналу воспитателя в ходьбе вокруг предметов; развивать ловкость при катании мяча друг другу; повторить упражнение в ползании, развивая координацию движений.	1	20.01	Л.И. Пензулаева «Физическая культура в детском саду» 3-4 года стр.55-56
	18**	Упражнять в умении	1	21.01	Л.И. Пензулаева

		действовать по сигналу воспитателя в ходьбе вокруг предметов; развивать ловкость при катании мяча друг другу; повторить упражнение в ползании, развивая координацию движений.			«Физическая культура в детском саду» 3-4 года стр.55-56
	19	Повторить ходьбу с выполнением заданий. Упражнять в ползании под дугу, не касаясь руками пола; сохранении устойчивого равновесия при ходьбе по уменьшенной площади опоры.	1	24.01	Л.И. Пензулаева «Физическая культура в детском саду» 3-4 года стр.57-58
	19*	Повторить ходьбу с выполнением заданий. Упражнять в ползании под дугу, не касаясь руками пола; сохранении устойчивого равновесия при ходьбе по уменьшенной площади опоры.	1	27.01 27.01	Л.И. Пензулаева «Физическая культура в детском саду» 3-4 года стр.57-58
	19**	Повторить ходьбу с выполнением заданий. Упражнять в ползании под дугу, не касаясь руками пола; сохранении устойчивого равновесия при ходьбе по уменьшенной площади опоры.	1	28.01	Л.И. Пензулаева «Физическая культура в детском саду» 3-4 года стр.57-58
Февраль	20	Упражнять в ходьбе и беге вокруг предметов; развивать координацию движений при ходьбе переменным шагом; повторить прыжки с продвижением вперед.	1	30.01	Л.И. Пензулаева «Физическая культура в детском саду» 3-4 года стр.59-60
	20*	Упражнять в ходьбе и беге вокруг предметов; развивать координацию движений при ходьбе переменным шагом; повторить прыжки с продвижением вперед.	1	31.01	Л.И. Пензулаева культура в детском саду» 3-4 года стр.59-60
	21	Упражнять в ходьбе и беге вокруг предметов; развивать координацию движений при ходьбе переменным шагом; повторить прыжки с продвижением вперед.	1	3.02	Л.И. Пензулаева «Физическая культура в детском саду» 3-4 года стр.62-63
	21*	Упражнять в ходьбе и беге вокруг предметов; развивать координацию движений при ходьбе переменным шагом; повторить прыжки с продвижением вперед.	1	4.02	Л.И. Пензулаева «Физическая культура в детском саду» 3-4 года стр.62-63

	21**	Упражнять в ходьбе и беге вокруг предметов; развивать координацию движений при ходьбе переменным шагом; повторить прыжки с продвижением вперед.	1	7.02	Л.И. Пензулаева «Физическая культура в детском саду» 3-4 года стр.62-63
	22	Упражнять детей в ходьбе переменным шагом, развивая координацию движений; разучить бросание мяча через шнур, развивая ловкость и глазомер; повторить ползание под шнур, не касаясь руками пола.	1	10.02 10.02	Л.И. Пензулаева «Физическая культура в детском саду» 3-4 года стр.63-64
	22*	Упражнять детей в ходьбе переменным шагом, развивая координацию движений; разучить бросание мяча через шнур, развивая ловкость и глазомер; повторить ползание под шнур, не касаясь руками пола.	1	11.02	Л.И. Пензулаева «Физическая культура в детском саду» 3-4 года стр.63-64
	22**	Упражнять детей в ходьбе переменным шагом, развивая координацию движений; разучить бросание мяча через шнур, развивая ловкость и глазомер; повторить ползание под шнур, не касаясь руками пола.	1	14.02	Л.И. Пензулаева «Физическая культура в детском саду» 3-4 года стр.63-64
	23	Упражнять в ходьбе и беге враспынную; упражнять в умении группироваться в лазании под дугу; повторить упражнение в равновесии.	1	17.02	Л.И. Пензулаева «Физическая культура в детском саду» 3-4 года стр.65-66
	23*	Упражнять в ходьбе и беге враспынную; упражнять в умении группироваться в лазании под дугу; повторить упражнение в равновесии.	1	18.02	Л.И. Пензулаева «Физическая культура в детском саду» 3-4 года стр.65-66
	23**	Упражнять в ходьбе и беге враспынную; упражнять в умении группироваться в лазании под дугу; повторить упражнение в равновесии.	1	21.02	Л.И. Пензулаева «Физическая культура в детском саду» 3-4 года стр.65-66
	24	Упражнять в ходьбе и беге враспынную; упражнять в умении группироваться при лазании под дугу; повторить упражнение в равновесии	1	24.02	Л.И. Пензулаева «Физическая культура в детском саду» 3-4 года стр.67-68
	24	Упражнять в ходьбе и беге враспынную; упражнять в умении группироваться при лазании под дугу; повторить упражнение в равновесии	1	25.02	Л.И. Пензулаева «Физическая культура в детском саду» 3-4 года стр.67-68
	24	Упражнять в ходьбе и беге		28.02	Л.И. Пензулаева

		враспынную; упражнять в умении группироваться при лазании под дугу; повторить упражнение в равновесии	1		«Физическая культура в детском саду» 3-4 года стр.67-68
Март	25	Упражнять детей в ходьбе и беге по кругу; в сохранении устойчивого равновесия при ходьбе по ограниченной площади опоры; повторить прыжки между предметами	1	3.03	Л.И. Пензулаева «Физическая культура в детском саду» 3-4 года стр.69-70
	25*	Упражнять детей в ходьбе и беге по кругу; в сохранении устойчивого равновесия при ходьбе по ограниченной площади опоры; повторить прыжки между предметами	1	4.03	Л.И. Пензулаева «Физическая культура в детском саду» 3-4 года стр. 69-70
	25**	Упражнять детей в ходьбе и беге по кругу; в сохранении устойчивого равновесия при ходьбе по ограниченной площади опоры; повторить прыжки между предметами	1	7.03	Л.И. Пензулаева «Физическая культура в детском саду» 3-4 года стр 69-70
	26	Упражнять в ходьбе и беге враспынную; разучить прыжки в длину с места; развивать ловкость при прокатывании мяча.	1	10.03	Л.И. Пензулаева «Физическая культура в детском саду». Младшая группа стр.56-57
	26*	Упражнять в ходьбе и беге враспынную; разучить прыжки в длину с места; развивать ловкость при прокатывании мяча.	1	11.03	Л.И. Пензулаева «Физическая культура в детском саду». 3-4 года стр.71-72
	26**	Упражнять в ходьбе и беге враспынную; разучить прыжки в длину с места; развивать ловкость при прокатывании мяча.	1	14.03 14.03	Л.И. Пензулаева «Физическая культура в детском саду». 3-4 года стр.71-72
	27	Развивать умение действовать по сигналу воспитателя. Упражнять в бросании мяча о пол и ловле его двумя руками, в ползании на повышенной опоре.	1	17.03	Л.И. Пензулаева «Физическая культура в детском саду». 3-4 года стр.73-74
	27*	Развивать умение действовать по сигналу воспитателя. Упражнять в бросании мяча о пол и ловле его двумя руками, в ползании на повышенной опоре.	1	18.03	Л.И. Пензулаева «Физическая культура в детском саду» 3-4 года стр73-74
	27**	Развивать умение действовать по сигналу воспитателя. Упражнять в бросании мяча о пол и ловле его двумя руками, в ползании на повышенной опоре.	1	21.03	Л.И. Пензулаева «Физическая культура в детском саду» 3-4 года стр.73-74

	28	Развивать координацию движений в ходьбе и беге между предметами; повторить упражнения в ползании; упражнять в сохранении устойчивого равновесия при ходьбе на повышенной опоре.	1	24.03	Л.И. Пензулаева «Физическая культура в детском саду» 3-4 года стр.75-76
	28*	Развивать координацию движений в ходьбе и беге между предметами; повторить упражнения в ползании; упражнять в сохранении устойчивого равновесия при ходьбе на повышенной опоре.	1	25.03	Л.И. Пензулаева «Физическая культура в детском саду» 3-4 года стр.75-76
	28**	Развивать координацию движений в ходьбе и беге между предметами; повторить упражнения в ползании; упражнять в сохранении устойчивого равновесия при ходьбе на повышенной опоре.	1	28.03	Л.И. Пензулаева «Физическая культура в детском саду» 3-4 года стр.75-76
		Повторение занятия № 28 Развивать координацию движений в ходьбе и беге между предметами; повторить упражнения в ползании; упражнять в сохранении устойчивого равновесия при ходьбе на повышенной опоре.	1	31.03	Л.И. Пензулаева «Физическая культура в детском саду» 3-4 года стр.75-76
Апрель	29	Повторить ходьбу и бег вокруг предметов, прыжки через шнуры. Упражнять в сохранении равновесия при ходьбе на повышенной опоре.	1	4.04 4.04	Л.И. Пензулаева «Физическая культура в детском саду» 3-4 года стр.77-78
	29*	Повторить ходьбу и бег вокруг предметов, прыжки через шнуры. Упражнять в сохранении равновесия при ходьбе на повышенной опоре.	1	7.04	Л.И. Пензулаева «Физическая культура в детском саду» 3-4 года стр.77-78
	29**	Повторить ходьбу и бег вокруг предметов, прыжки через шнуры. Упражнять в сохранении равновесия при ходьбе на повышенной опоре.	1	8.04	Л.И. Пензулаева «Физическая культура в детском саду» 3-4 года стр.77-78
	30	Упражнять в ходьбе и беге, с выполнением заданий; в приземлении на полусогнутые ноги в прыжках; развивать ловкость в упражнениях с мячом.	1	11.04 11.04	Л.И. Пензулаева «Физическая культура в детском саду» 3-4 года стр. 79-80

30*	Упражнять в ходьбе и беге, с выполнением заданий; в приземлении на полусогнутые ноги в прыжках; развивать ловкость в упражнениях с мячом.	1	14.04	Л.И. Пензулаева «Физическая культура в детском саду» 3-4 года стр.79-80
30**	Упражнять в ходьбе и беге, с выполнением заданий; в приземлении на полусогнутые ноги в прыжках; развивать ловкость в упражнениях с мячом.	1	15.04	Л.И. Пензулаева «Физическая культура в детском саду» 3-4 года стр 79-80
31	Повторить ходьбу и бег с выполнением заданий; развивать ловкость и глазомер в упражнении с мячом; упражнять в ползании на ладонях и ступнях.	1	18.04	Л.И. Пензулаева «Физическая культура в детском саду» 3-4 года стр.80-81
31*	Повторить ходьбу и бег с выполнением заданий; развивать ловкость и глазомер в упражнении с мячом; упражнять в ползании на ладонях и ступнях.	1	21.04	Л.И. Пензулаева «Физическая культура в детском саду» 3-4 года стр.80-81
31**	Повторить ходьбу и бег с выполнением заданий; развивать ловкость и глазомер в упражнении с мячом; упражнять в ползании на ладонях и ступнях.		22.04	Л.И. Пензулаева «Физическая культура в детском саду» 3-4 года стр.80-81
32	Упражнять в ходьбе с остановкой по сигналу воспитателя; повторить ползание между предметами; упражнять в сохранении устойчивого равновесия при ходьбе на повышенной опоре.	1	25.04	Л.И. Пензулаева «Физическая культура в детском саду» 3-4 года стр.82-83
32*	Упражнять в ходьбе с остановкой по сигналу воспитателя; повторить ползание между предметами; упражнять в сохранении устойчивого равновесия при ходьбе на повышенной опоре.	1	28.04 28.04	Л.И. Пензулаева «Физическая культура в детском саду» 3-4 года стр.82-83
32**	Упражнять в ходьбе с остановкой по сигналу воспитателя; повторить ползание между предметами; упражнять в сохранении устойчивого равновесия при ходьбе на повышенной опоре.	1	29.04	Л.И. Пензулаева «Физическая культура в детском саду» 3-4 года стр.82-83

Май	33	Повторить ходьбу и бег враспынную, развивая ориентировку в пространстве; повторить задание в равновесии и прыжках.	1	2.05	Л.И. Пензулаева «Физическая культура в детском саду» 3-4 года стр.85-86
	33*	Повторить ходьбу и бег враспынную, развивая ориентировку в пространстве; повторить задание в равновесии и прыжках.	1	5.05 5.05	Л.И. Пензулаева «Физическая культура в детском саду» 3-4 года стр.85-86
	33**	Повторить ходьбу и бег враспынную, развивая ориентировку в пространстве; повторить задание в равновесии и прыжках.	1	6.05	Л.И. Пензулаева «Физическая культура в детском саду» 3-4 года стр.85-86
	34	Повторить ходьбу и бег враспынную, развивая ориентировку в пространстве; повторить задание в равновесии и прыжках.	1	9.05	Л.И. Пензулаева «Физическая культура в детском саду» 3-4 года стр.86-87
	34*	Повторить ходьбу и бег враспынную, развивая ориентировку в пространстве; повторить задание в равновесии и прыжках.	1	12.05	Л.И. Пензулаева «Физическая культура в детском саду» Младшая группа стр.66-67
	34**	Повторить ходьбу и бег враспынную, развивая ориентировку в пространстве; повторить задание в равновесии и прыжках.	1	13.05	Л.И. Пензулаева «Физическая культура в детском саду» 3-4 года стр.86-87
	35	Ходьба с выполнением заданий по сигналу воспитателя: упражнять в бросании мяча вверх и ловля его; ползание по гимнастической скамейке.	1	16.05	Л.И. Пензулаева «Физическая культура в детском саду» 3-4 года стр.88
	35*	Ходьба с выполнением заданий по сигналу воспитателя: упражнять в бросании мяча вверх и ловля его; ползание по гимнастической скамейке.	1	19.05	Л.И. Пензулаева «Физическая культура в детском саду» 3-4 года стр.88
	35**	Ходьба с выполнением заданий по сигналу воспитателя: упражнять в бросании мяча вверх и ловля его; ползание по гимнастической скамейке.	1	20.05	Л.И. Пензулаева «Физическая культура в детском саду» 3-4 года стр.88
	36	Упражнять в ходьбе и беге по сигналу воспитателя; в лазании по наклонной лесенке; повторить задание в равновесии.	1	23.05 23.05	Л.И. Пензулаева «Физическая культура в детском саду» 3-4 года стр.89-90

36*	Упражнять в ходьбе и беге по сигналу воспитателя; в лазании по наклонной лесенке; повторить задание в равновесии.	1	26.05	Л.И. Пензулаева «Физическая культура в детском саду» 3-4 года стр.89-90
36**	Упражнять в ходьбе и беге по сигналу воспитателя; в лазании по наклонной лесенке; повторить задание в равновесии	1	27.05	Л.И. Пензулаева «Физическая культура в детском саду» 3-4 года стр.89-90

**Образовательная область «Физическая развитие»
Занятие: физическая культура**

**Календарное планирование
в средней группе «Фабрика звезд» (4-5 лет).**

Месяц Тема	№	Программные задачи	Кол- во час	Дата прове- дения	Методическое обеспечение
Сентябрь	1	Упражнять детей в ходьбе и беге колонной по одному; учить сохранять устойчивое равновесие на уменьшенной площади опоры; упражнять в энергичном отталкивании двумя ногами от пола (земли) и мягком приземлении при подпрыгивании.	1	2.09	Л.И. Пензулаева «Физическая культура в детском саду» 4-5 лет стр.19-20
	2*	Продолжать упражнять детей в ходьбе и беге колобной по одному; учить сохранять равновесие при ходьбе по уменьшенной площади опоры; упражнять в энергичном отталкивании двумя ногами от пола (земли) и мягком приземлении при подпрыгивании	1	4.09	Л.И. Пензулаева «Физическая культура в детском саду» 4-5 лет стр.21
	3**	Упражнять детей в ходьбе и беге колонной по одному и враспынную; в умении действовать по сигналу, развивать ловкость и глазомер при прокатывании мяча двумя руками.	1	6.09	Л.И. Пензулаева «Физическая культура в детском саду» 4-5 лет стр. 21-22
	4	Учить детей энергично отталкиваться от пола и приземляться на полусогнутые ноги при подпрыгивании вверх, доставая до предмета; упражнять в прокатывании мяча.	1	9.09 9.09	Л.И. Пензулаева «Физическая культура в детском саду» 4-5 лет стр.22-23
	5*	Продолжать учить детей энергично отталкиваться от пола и приземляться на полусогнутые ноги при подпрыгивании вверх, доставая до предмета; упражнять в прокатывании мяча	1	11.09	Л.И. Пензулаева «Физическая культура в детском саду» 4-5 лет стр.24
	6**	Упражнять детей в ходьбе и беге по одному, на носках; учить катать обруч друг другу; упражнять в прыжках.	1	13.09	Л.И. Пензулаева «Физическая культура в детском саду» 4-5 лет стр.24-25

	7	Упражнять детей в ходьбе колонной по одному, беге врассыпную (повторить 2-3 раза в чередовании); упражнять в прокатывании мяча, лазанье под шнур.	1	16.09	Л.И. Пензулаева «Физическая культура в детском саду» 4-5 лет стр.26-28
	8*	Продолжать упражнять детей в ходьбе колонной по одному, беге врассыпную (повторит 2-3 раза в чередовании); упражнять в бросании мяча, лазанье под дугу	1	18.09	Л.И. Пензулаева «Физическая культура в детском саду» 4-5 лет стр.28-29
	9**	Упражнять в ходьбе в обход предметов, поставленных по углам площадки; повторить подбрасывание и ловлю мяча двумя руками; упражнять в прыжках, развивая точность приземления.	1	20.09 20.09	Л.И. Пензулаева «Физическая культура в детском саду» 4-5 лет стр.29-30
	10	Продолжать учить детей останавливаться по сигналу воспитателя во время ходьбы; закреплять умение группироваться при лазанье под шнур; упражнять в сохранении устойчивого равновесия при ходьбе по уменьшенной площади опоры.	1	23.09 23.09	Л.И. Пензулаева «Физическая культура в детском саду» 4-5 лет стр.30-31
	11*	Продолжать учить останавливаться по сигналу во время ходьбы; закреплять умение группироваться при лазанье под шнур; упражнять в сохранении устойчивого равновесия при ходьбе по уменьшенной площади опоры	1	25.09 25.09	Л.И. Пензулаева «Физическая культура в детском саду» 4-5 лет стр.32
	12**	Разучить перебрасывание мяча друг другу, развивая ловкость и глазомер; упражнять в прыжках.	1	27.09	Л.И. Пензулаева «Физическая культура в детском саду» 4-5 лет стр.32-33
		Повторить занятие № 10 Продолжать учить детей останавливаться по сигналу воспитателя во время ходьбы; закреплять умение группироваться при лазанье под шнур; упражнять в сохранении устойчивого равновесия при ходьбе по уменьшенной площади опоры.	1	30.09	Л.И. Пензулаева «Физическая культура в детском саду» Средняя группа стр.26-28
Октябрь	13	Учить детей сохранять устойчивое равновесие при ходьбе на повышенной опоре; упражнять в энергичном отталкивании от пола (земли) и мягком приземлении на полусогнутые ноги в прыжках с продвижением вперед	1	2.10	Л.И. Пензулаева «Физическая культура в детском саду» 4-5 лет стр.35-36
	14*	Продолжать учить детей сохранять устойчивое равновесие при ходьбе на повышенной опоре; упражнять в энергичном отталкивании от пола (земли) и мягком приземлении на полусогнутые ноги в прыжках с продвижением вперед	1	4.10	Л.И. Пензулаева «Физическая культура в детском саду» 4-5 лет стр.37

15**	Упражнять в перебрасывании мяча через сетку, развивая ловкость и глазомер; в сохранении устойчивого равновесия при ходьбе и беге по уменьшенной площади опоры.	1	7.10	Л.И. Пензулаева «Физическая культура в детском саду» 4-5 лет стр.37-38
16	Учить детей находить свое место в шеренге после ходьбы и бега; упражнять в приземлении на полусогнутые ноги в прыжках из обруча в обруч; закреплять умение прокатывать мяч друг другу, развивая точность направления движения.	1	9.10	Л.И. Пензулаева «Физическая культура в детском саду» 4-5 лет стр.38-39
17*	Продолжать учить находить свое место в шеренге после ходьбы и бега; упражнять в приземлении на полусогнутые ноги в прыжках из обруча в обруч; закреплять умение прокатывать мяч между предметами, развивая точность направления движения.	1	11.10	Л.И. Пензулаева «Физическая культура в детском саду» 4-5 лет стр.40
18**	Упражнять детей в ходьбе с выполнением различных заданий в прыжках, закреплять умение действовать по сигналу.	1	14.10 14.10	Л.И. Пензулаева «Физическая культура в детском саду» 4-5 лет стр.40-41
19	Повторить ходьбу в колонне по одному, развивать глазомер и ритмичность при перешагивании через бруски; упражнять в прокатывании мяча в прямом направлении, в лазанье под дугу.	1	16.10	Л.И. Пензулаева «Физическая культура в детском саду» 4-5 лет стр.41-42
20*	Повторить ходьбу в колонне по одному, развивая глазомер и ритмичность при перешагивании через бруски; упражнять в подбрасывании мяча вверх, в лазанье под дугу.	1	18.10	Л.И. Пензулаева «Физическая культура в детском саду» 4-5 лет стр.43
21**	Упражнять детей в ходьбе и беге между предметами, поставленными произвольно по всей площадке; в прокатывании обручей, в прыжках с продвижением вперед.	1	21.10	Л.И. Пензулаева «Физическая культура в детском саду» 4-5 лет стр.43-44
22	Упражнять в ходьбе и беге колонной по одному, в ходьбе и беге врассыпную; повторить лазанье под дугу, не касаясь руками пола; упражнять в сохранении равновесия при ходьбе на уменьшенной площади опоры.	1	23.10	Л.И. Пензулаева «Физическая культура в детском саду» 4-5 лет стр.44-46
23*	Продолжать упражнять в ходьбе и беге колонной по одному, в ходьбе и беге врассыпную; повторить лазанье под шнур, не касаясь руками пола; упражнять в сохранении равновесия при ходьбе на уменьшенной площади опоры	1	25.10	Л.И. Пензулаева «Физическая культура в детском саду» 4-5 лет стр. 46
24**	Повторить ходьбу и бег колонной по одному; упражнять в бросании мяча в корзину, развивая ловкость и глазомер.	1	28.10 28.10	Л.И. Пензулаева «Физическая культура в детском саду» 4-5 лет стр.47-48

Ноябрь	25	Упражнять детей в ходьбе и беге между предметами; в прыжках на двух ногах, закреплять умение удерживать устойчивое равновесие при ходьбе на повышенной опоре.	1	30.10	Л.И. Пензулаева «Физическая культура в детском саду» 4-5 лет стр.49-50
	26*	Упражнять детей в ходьбе и беге между предметами; в прыжках на двух ногах, закреплять умение удерживать устойчивое равновесие при ходьбе на повышенной опоре.	1	1.11	Л.И. Пензулаева «Физическая культура в детском саду» 4-5 лет стр.50-51
	27**	Упражнять в ходьбе и беге с изменением направления движения; ходьбе и беге «змейкой» между предметами; сохранении равновесия на уменьшенной площади опоры. Повторить упражнение в прыжках.	1	6.11	Л.И. Пензулаева «Физическая культура в детском саду» 4-5 лет стр.51-52
	28	Упражнять в ходьбе и беге по кругу, в ходьбе и беге на носках; в приземлении на полусогнутые ноги в прыжках; в прокатывании мяча.	1	8.11 8.11	Л.И. Пензулаева «Физическая культура в детском саду» 4-5 лет стр.52-53
	29*	Продолжать упражнять в ходьбе и беге по кругу, в ходьбе и беге на носках; в приземлении на полусогнутые ноги в прыжках; в перебрасывании мяча.	1	11.11	Л.И. Пензулаева «Физическая культура в детском саду» 4-5 лет стр.54
	30**	Повторить ходьбу с выполнением заданий; бег с перешагиванием; упражнение в прыжках и прокатывании мяча в прямом направлении.	1	13.11	Л.И. Пензулаева «Физическая культура в детском саду» 4-5 лет стр.54-55
	31	Упражнять детей в ходьбе и беге с изменением направления движения; в бросках мяча о землю и ловле его двумя руками; повторить ползание на четвереньках.	1	15.11 15.11	Л.И. Пензулаева «Физическая культура в детском саду» 4-5 лет стр.55-56
	32*	Продолжать упражнять детей в ходьбе и беге с изменением направления движения; в бросках мяча о землю и ловле его двумя руками; повторить ползание с опорой на ладони и ступни	1	18.11	Л.И. Пензулаева «Физическая культура в детском саду» 4-5 лет стр.56
	33**	Упражнять детей в ходьбе между предметами, не задевая их; упражнять в прыжках и беге с ускорением.	1	20.11	Л.И. Пензулаева «Физическая культура в детском саду» 4-5 лет стр.57
	34	Упражнять детей в ходьбе и беге с остановкой по сигналу воспитателя; в ползании на животе по гимнастической скамейке, развивая силу и ловкость; повторить задание на сохранение устойчивого равновесия.	1	22.11	Л.И. Пензулаева «Физическая культура в детском саду» 4-5 лет стр.58-59

	35*	Продолжать упражнять детей в ходьбе и беге с остановкой по сигналу; в ползании с опорой на ладони и колени по гимнастической скамейке, развивая силу и ловкость; повторить задание на сохранение устойчивого равновесия	1	25.11	Л.И. Пензулаева «Физическая культура в детском саду» 4-5 лет стр.59-60
	36**	Упражнять детей в ходьбе и беге по кругу, взявшись за руки; развивать глазомер и силу броска при метании на дальность, упражнять в прыжках.	1	27.11	Л.И. Пензулаева «Физическая культура в детском саду» 4-5 лет стр.60-61
Декабрь	37	Развивать внимание детей при выполнении заданий в ходьбе и беге; упражнять в сохранении устойчивого равновесия при ходьбе по уменьшенной площади опоры; развивать ловкость и координацию движений в прыжках через препятствие.	1	29.11	Л.И. Пензулаева «Физическая культура в детском саду» 4-5 лет стр.62-63
	38*	Продолжать развивать внимание детей при выполнении заданий в ходьбе и беге; упражнять в сохранении устойчивого равновесия при ходьбе по уменьшенной площади опоры; развивать ловкость и координацию движений в прыжках через препятствие	1	2.12	Л.И. Пензулаева «Физическая культура в детском саду» 4-5 лет стр.63-64
	39**	Упражнять в ходьбе и беге между сооружениями из снега; в умении действовать по сигналу воспитателя.	1	4.12	Л.И. Пензулаева «Физическая культура в детском саду» 4-5 лет стр.64
	40	Упражнять детей в перестроении в пары на месте; в прыжках с приземлением на полусогнутые ноги; развивать глазомер и ловкость при прокатывании мяча между предметами.	1	6.12 6.12	Л.И. Пензулаева «Физическая культура в детском саду» 4-5 лет стр.65-66
	41*	Продолжать упражнять детей в перестроении в пары на месте; в прыжках с приземлением на полусогнутые ноги; развивать глазомер и ловкость при прокатывании мяча между предметами	1	9.12	Л.И. Пензулаева «Физическая культура в детском саду» 4-5 лет стр.67
	42**	Учить детей брать лыжи и переносить их на плече к месту занятий; упражнять в ходьбе ступающим шагом.	1	11.12	Л.И. Пензулаева «Физическая культура в детском саду» 4-5 лет стр.67-68
	43	Упражнять детей в ходьбе колонной по одному; развивать ловкость и глазомер при перебрасывании мяча друг другу; повторить ползание на четвереньках.	1	13.12 13.12	Л.И. Пензулаева «Физическая культура в детском саду» 4-5 лет стр. 68-69
	44*	Продолжать упражнять детей в ходьбе в колонне по одному; развивать ловкость и глазомер при перебрасывании мяча друг другу; повторить ползание на четвереньках	1	15.12	Л.И. Пензулаева «Физическая культура в детском саду» 4-5 лет стр.70-71

	45**	Закреплять навык скользящего шага в ходьбе на лыжах; упражнять в метании на дальность снежков, развивая силу броска.	1	16.12	Л.И. Пензулаева «Физическая культура в детском саду» 4-5 лет стр.71
	46	Упражнять в действиях по заданию воспитателя в ходьбе и беге; учить правильному хвату рук за края скамейки при ползании на животе; повторить упражнение в равновесии.	1	18.12 18.12	Л.И. Пензулаева «Физическая культура в детском саду» 4-5 лет стр.72-73
	47*	Продолжать упражнять в действиях по заданию в ходьбе и беге; учить правильному хвату рук за края скамейки при ползании с опорой на ладони и колени; повторить упражнение в равновесии.	1	20.12 20.12	Л.И. Пензулаева «Физическая культура в детском саду» 4-5 лет стр.74
	48**	Закреплять навык передвижения на лыжах скользящим шагом.	1	23.12	Л.И. Пензулаева «Физическая культура в детском саду» 4-5 лет стр.74-75
Январь	49	Упражнять детей в ходьбе и беге между предметами, не задевая их; формировать устойчивое равновесие в ходьбе по уменьшенной площади опоры; повторить упражнения в прыжках.	1	25.12	Л.И. Пензулаева «Физическая культура в детском саду» 4-5 лет стр.76-77
	50*	Упражнять детей в ходьбе и беге между предметами, не задевая их; формировать устойчивое равновесие в ходьбе по уменьшенной площади опоры; повторить упражнения в прыжках.	1	10.01	Л.И. Пензулаева «Физическая культура в детском саду» 4-5 лет стр.78
	51**	Продолжить учить детей передвигаться на лыжах скользящим шагом; повторить игровые упражнения.	1	13.01	Л.И. Пензулаева «Физическая культура в детском саду» 4-5 лет стр. 78
	52	Упражнять детей в ходьбе со сменой ведущего; в прыжках и перебрасывании мяча друг другу.	1	15.01	Л.И. Пензулаева «Физическая культура в детском саду» 4-5 лет стр. 79-80
	53*	Продолжать упражнять детей в ходьбе со сменой ведущего; в прыжках и отбивании мяча о пол	1	17.01	Л.И. Пензулаева «Физическая культура в детском саду» 4-5 лет стр. 80
	54**	Закреплять навык скользящего шага, упражнять в беге и прыжках вокруг снежной бабы.	1	20.01	Л.И. Пензулаева «Физическая культура в детском саду» 4-5 лет стр 81
	55	Повторить ходьбу и бег между предметами, не задевая их; ползание по гимнастической скамейке на четвереньках, развивать ловкость в упражнениях с мячом.	1	22.01	Л.И. Пензулаева «Физическая культура в детском саду» 4-5 лет стр 82-83

	56*	Повторить ходьбу и бег между предметами, не задевая их; ползание в прямом направлении на четвереньках, развивать ловкость в упражнениях с мячом	1	24.01	Л.И. Пензулаева «Физическая культура в детском саду» 4-5 лет стр.83-84
	57**	Упражнять детей в перепрыгивании через препятствия в метании снежков на дальность.	1	27.01	Л.И. Пензулаева «Физическая культура в детском саду 4-5 лет стр 84
	58	Упражнять в ходьбе со сменой ведущего, с высоким подниманием колен; в равновесии при ходьбе по гимнастической скамейке. закреплять умение правильно подлезать под шнур	1	29.01	Л.И. Пензулаева «Физическая культура в детском саду 4-5 лет стр 84-86
	59*	закреплять умение правильно подлезать под шнур	1	31.01	Л.И. Пензулаева «Физическая культура в детском саду 4-5 лет стр 86
	60**	Повторить занятие 21	1	3.02	Л.И. Пензулаева «Физическая культура в детском саду 4-5 лет стр 43-44
Февраль	61	Упражнять детей в ходьбе и беге между предметами, в равновесии; повторить задание в прыжках.	1	5.02	Л.И. Пензулаева «Физическая культура в детском саду» 4-5 лет стр.88-89
	62*	Продолжать упражнять детей в ходьбе и беге между предметами, в равновесии; повторить задание в прыжках	1	7.02	Л.И. Пензулаева «Физическая культура в детском саду» 4-5 лет стр.90
	63**	Повторить метание снежков в цель, игровые задания на санках.	1	10.02	Л.И. Пензулаева «Физическая культура в детском саду» 4-5 лет стр.90
	64	Упражнять детей в ходьбе с выполнением заданий по команде воспитателя, в прыжках из обруча в обруч; развивать ловкость при прокатывании мяча между предметами.	1	12.02	Л.И. Пензулаева «Физическая культура в детском саду» 4-5 лет стр 91-92
	65*	Продолжать упражнять детей в ходьбе с выполнением заданий по сигналу, в прыжках; развивать ловкость при прокатывании мяча друг другу	1	14.02	Л.И. Пензулаева «Физическая культура в детском саду» 4-5 лет стр.92-93
	66**	Повторить игровые упражнения с бегом, прыжками.	1	17.02	Л.И. Пензулаева «Физическая культура в детском саду» 4-5 лет стр.93

	67	Упражнять детей в ходьбе и беге враспынную между предметами; в ловле мяча двумя руками; закреплять навык ползания на четвереньках.	1	19.02	Л.И. Пензулаева «Физическая культура в детском саду» 4-5 лет стр.93-95
	68*	Продолжать упражнять детей в ходьбе и беге враспынную между предметами; в метании в вертикальную цель; закреплять навык ползания с опорой на ладони и колени	1	21.02 21.02	Л.И. Пензулаева «Физическая культура в детском саду» 4-5 лет стр.95
	69**	Упражнять детей в метании снежков на дальность, катании на санках с горки.	1	24.02 24.02	Л.И. Пензулаева Физическая культура в детском саду» 4-5 лет стр.95-96
	70	Упражнять детей в ходьбе с изменением направления движения; повторить ползание в прямом направлении, прыжки между предметами.	1	26.02 26.02	Л.И. Пензулаева «Физическая культура в детском саду» 4-5 лет стр. 96-97
	71*	Упражнять детей в ходьбе с изменением направления движения; повторить ползание в прямом направлении, прыжки между предметами.	1	28.02	Л.И. Пензулаева «Физическая культура в детском саду» 4-5 лет стр. 97-98
	72**	Развивать ловкость и глазомер при метании снежков; повторить игровые упражнения.	1	3.03	Л.И. Пензулаева «Физическая культура в детском саду» 4-5 лет стр. 98
Март	73	Упражнять детей в ходьбе и беге по кругу с изменением направления движения и беге враспынную; повторить упражнения в равновесии и прыжках.	1	5.03	Л.И. Пензулаева «Физическая культура в детском саду» 4-5 лет стр.99-100
	74*	Продолжать упражнять детей в ходьбе и беге по кругу с изменением направления движения и беге враспынную; повторить упражнения в равновесии и прыжках	1	7.03	Л.И. Пензулаева «Физическая культура в детском саду» 4-5 лет стр.101
	75**	Развивать ловкость и глазомер при метании в цель; упражнять в беге; закреплять умение действовать по сигналу воспитателя.	1	10.03	Л.И. Пензулаева «Физическая культура в детском саду» 4-5 лет стр.101-102
	76	Упражнять детей в ходьбе с выполнением заданий по команде воспитателя; в прыжках в длину с места, в бросании мячей через сетку; повторить ходьбу и бег враспынную.	1	12.03	Л.И. Пензулаева «Физическая культура в детском саду» 4-5 лет стр.102-103
	77*	Упражнять детей в ходьбе с выполнением заданий по команде воспитателя; в прыжках в длину с места, в бросании мячей через сетку; повторить ходьбу и бег враспынную.	1	14.03	Л.И. Пензулаева «Физическая культура в детском саду» 4-5 лет стр.104

	78**	Упражнять детей в ходьбе, чередуя с прыжками, в ходьбе с изменением направления движения, в беге в медленном темпе до 1 минуты, в чередовании с ходьбой.	1	17.03	Л.И. Пензулаева «Физическая культура в детском саду» 4-5 лет стр.104-105
	79	Упражнять детей в ходьбе и беге по кругу; ходьбе и беге с выполнением задания; повторить прокатывание мяча между предметами; упражнять в ползании на животе по скамейке.	1	19.03	Л.И. Пензулаева «Физическая культура в детском саду» 4-5 лет стр.106-107
	80*	Продолжать упражнять детей в ходьбе и беге по кругу; ходьбе и беге с выполнением задания; повторить прокатывание мяча между предметами; упражнять в ползании по скамейке.	1	21.03	Л.И. Пензулаева «Физическая культура в детском саду» 4-5 лет стр.107
	81**	Упражнять детей в беге на выносливость; в ходьбе и беге между предметами; в прыжках на одной ноге (правой и левой, попеременно).	1	24.03	Л.И. Пензулаева «Физическая культура в детском саду» 4-5 лет стр.107-108
	82	Упражнять детей в ходьбе и беге врассыпную, с остановкой по сигналу воспитателя; повторить ползание по скамейке «по-медвежьему»; упражнения в равновесии и прыжках.	1	26.03	Л.И. Пензулаева «Физическая культура в детском саду» 4-5 лет стр.109-110
	83*	Продолжать упражнять в ходьбе и беге с остановкой по сигналу; повторить лазанье по гимнастической стенке; упражнения в равновесии и прыжках	1	28.03	Л.И. Пензулаева «Физическая культура в детском саду» 4-5 лет стр.110
	84**	Упражнять детей в ходьбе попеременно широким и коротким шагом; повторить упражнения с мячом, в равновесии и прыжках. 1 часть. Ходьба в колонне по одному, по сигналу воспитателя ходьба широким шагом, в медленном темпе. Затем обычная ходьба и ходьба мелким, семенящим шагом, и так последовательно повторить.	1	31.03	Л.И. Пензулаева «Физическая культура в детском саду» 4-5 лет стр.110-111
Апрель	85	Упражнять детей в ходьбе и беге в колонне по одному, ходьбе и беге врассыпную; повторить задания В равновесии и прыжках.	1	2.04	Л.И. Пензулаева «Физическая культура в детском саду» 4-5 лет стр.112-113
	86*	Продолжать упражнять в ходьбе и беге в колонне по одному, ходьбе и беге врассыпную; повторить задания в равновесии и прыжках.	1	4.04	Л.И. Пензулаева «Физическая культура в детском саду» 4-5 лет стр.114
	87**	Упражнять детей в ходьбе и беге с поиском своего места в колонне в прокатывании обручей; повторить упражнения с мячами.	1	7.04	Л.И. Пензулаева «Физическая культура в детском саду» 4-5 лет стр.114-115

	88	Упражнять детей в ходьбе и беге по кругу, взявшись за руки, ходьбе и беге враспынную; метании мешочков в горизонтальную цель; закреплять умение занимать правильное исходное положение в прыжках в длину с места.	1	9.04	Л.И. Пензулаева «Физическая культура в детском саду» 4-5 лет стр.116-117
	89*	Продолжать упражнять в ходьбе и беге по кругу, взявшись за руки, ходьбе и беге враспынную; метании мешочков в вертикальную цель; закреплять умение занимать правильное исходное положение в прыжках в длину с места.	1	11.04	Л.И. Пензулаева «Физическая культура в детском саду» 4-5 лет стр.117
	90**	Повторить ходьбу и бег по кругу; упражнения в прыжках и подлезание: упражнять в умении сохранять устойчивое равновесие при ходьбе и беге по ограниченной площади опоры.	1	14.04	Л.И. Пензулаева «Физическая культура в детском саду» 4-5 лет стр.117-118
	91	Упражнять в ходьбе с выполнением заданий по сигналу воспитателя; развивать ловкость и глазомер при метании на дальность, повторить ползание на четвереньках.	1	16.04 16.04	Л.И. Пензулаева «Физическая культура в детском саду» 4-5 лет стр 118-119
	92*	Продолжать упражнять в ходьбе с выполнением заданий по сигналу; развивать ловкость и глазомер при метании на дальность, повторить ползание на четвереньках.	1	18.04	Л.И. Пензулаева «Физическая культура в детском саду» 4-5 лет стр.120
	93**	Упражнять детей в ходьбе и беге с остановкой на сигнал воспитателя; в перебрасывании мячей друг другу, развивая ловкость и глазомер.	1	21.04	Л.И. Пензулаева «Физическая культура в детском саду» 4-5 лет стр.120-121
	94	Упражнять детей в ходьбе и беге враспынную; повторить упражнения в равновесии и прыжках.	1	23.04	Л.И. Пензулаева «Физическая культура в детском саду» 4-5 лет стр.121-122
	95*	Продолжать упражнять в ходьбе и беге враспынную; повторить упражнения в равновесии и прыжках.	1	25.04	Л.И. Пензулаева «Физическая культура в детском саду» 4-5 лет стр.123
	96**	Упражнять детей в ходьбе и беге между предметами; в равновесии; перебрасывании мяча.	1	28.04	Л.И. Пензулаева «Физическая культура в детском саду» 4-5 лет стр. 123-124
Май	97	Упражнять детей в ходьбе парами, в сохранении устойчивого равновесия при ходьбе по уменьшенной площади опоры; повторить прыжки в длину с места.	1	30.04	Л.И. Пензулаева «Физическая культура в детском саду» 4-5 лет стр 124-125

98*	Упражнять детей в ходьбе парами, в сохранении устойчивого равновесия при ходьбе по уменьшенной площади опоры; повторить прыжки в длину с места.	1	5.05	Л.И. Пензулаева «Физическая культура в детском саду» 4-5 лет стр.126
99**	Упражнять в ходьбе колонной по одному в чередовании с прыжками; повторить игровые упражнения с мячом.	1	7.05 7.05	Л.И. Пензулаева «Физическая культура в детском саду» 4-5 лет стр.126-127
100	Повторить ходьбу со сменой ведущего; упражнять в прыжках в длину с места; развивать ловкость в упражнениях с мячом.	1	12.05	Л.И. Пензулаева «Физическая культура в детском саду» 4-5 лет стр.127-128
101*	Упражнять детей в ходьбе с высоким подниманием колен, беге врассыпную, в ползании по скамейке; повторить метание в вертикальную цель.	1	14.05	Л.И. Пензулаева «Физическая культура в детском саду» 4-5 лет стр 129
102**	Упражнять в ходьбе колонной по одному в чередовании с прыжками; повторить игровые упражнения с мячом.	1	16.05	Л.И. Пензулаева «Физическая культура в детском саду» 4-5 лет стр.129-130
103	Продолжать упражнять детей в ходьбе с высоким подниманием колен, беге врассыпную, в ползании по скамейке; повторить метание в вертикальную цель.	1	19.05 19.05	Л.И. Пензулаева «Физическая культура в детском саду» 4-5 лет стр.130-131
104*	Продолжать упражнять детей в ходьбе с высоким подниманием колен, беге врассыпную, в ползании по скамейке; повторить метание в вертикальную цель.	1	21.05	Л.И. Пензулаева «Физическая культура в детском саду» 4-5 лет стр.132
105**	Упражнять детей в ходьбе и беге парами; закреплять прыжки через короткую скакалку, умение перестраиваться по ходу движения. 1 часть. Ходьба в колонне по одному, по сигналу воспитателя перестроение в пары; ходьба парами, бег врассыпную, в колонне по одному. Ходьба «змейкой» между предметами.	1	23.05	Л.И. Пензулаева «Физическая культура в детском саду» 4-5 лет стр.132-133
106	Повторить ходьбу и бег с выполнением заданий; упражнять в сохранении устойчивого равновесия при ходьбе по повышенной опоре в прыжках.	1	26.05	Л.И. Пензулаева «Физическая культура в детском саду» 4-5 лет стр.133-134
107*	Повторить ходьбу и бег с выполнением заданий; упражнять в сохранении устойчивого равновесия при ходьбе по повышенной опоре в прыжках.	1	28.05	Л.И. Пензулаева «Физическая культура в детском саду» 4-5 лет стр. 135

108**	Упражнять детей в ходе и беге с изменением направления движения, в подбрасывании и ловле мяча; Повторить игры с мячом, прыжками и бегом.	1	30.05	Л.И. Пензулаева «Физическая культура в детском саду» 4-5 лет стр. 135-136
-------	--	---	-------	--

**Образовательная область «Физическая развитие»
Занятие: физическая культура**

**Календарно-тематическое планирование
в старшей группе «Ромашки» (5-6 лет).**

Месяц	№ ООД	Программные задачи	Кол-во час	Дата проведения	Методическая литература
Сентябрь	1	Упражнять детей в ходьбе и беге колонной по одному, в беге врассыпную; в сохранении устойчивого равновесия; в прыжках с продвижением вперед и перебрасывании мяча	1	4.09 4.09	Л.И. Пензулаева «Физическая культура в детском саду» 5-6 лет стр.16-18
	2*	Продолжать упражнять детей в ходьбе и беге колонной по одному, в беге врассыпную; в сохранении устойчивого равновесия; в прыжках с продвижением вперед и бросании мяча о пол	1	5.09 5.09	Л.И. Пензулаева «Физическая культура в детском саду» 5-6 лет стр.18-19
	3**	Продолжать упражнять детей в ходьбе и беге колонной по одному, в беге врассыпную; в сохранении устойчивого равновесия; в прыжках с продвижением вперед и бросании мяча о пол	1	6.09	Л.И. Пензулаева «Физическая культура в детском саду» 5-6 лет стр.19-21
	4	Повторить ходьбу и бег между предметами; упражнять в ходьбе на носках; развивать координацию движений в прыжках в высоту (достань до предмета) и ловкость в бросках мяча вверх	1	10.09	Л.И. Пензулаева «Физическая культура в детском саду» 5-6 лет стр.21-23
	5*	Повторить ходьбу и бег между предметами; упражнять в ходьбе на носках; развивать координацию движений в прыжках в высоту (достань до предмета) и ловкость в бросках мяча вверх	1	11.09	Л.И. Пензулаева «Физическая культура в детском саду» 5-6 лет стр.23
	6**	Повторить ходьбу и бег между предметами, врассыпную, с остановкой по сигналу, упражнения в прыжках. Развивать ловкость в беге; разучить игровые упражнения с мячом	1	12.09	Л.И. Пензулаева «Физическая культура в детском саду» 5-6 лет стр.23-24

	7	Упражнять в ходьбе и беге с высоким подниманием колен, в непрерывном до 1 минуты; в ползании по гимнастической скамейке с опорой на колени и ладони; в подбрасывании мяча вверх. Развивать ловкость и устойчивое равновесие при ходьбе по уменьшенной площади опоры	1	17.09	Л.И. Пензулаева «Физическая культура в детском саду» 5-6 лет стр.25-26
	8*	Продолжать упражнять в ходьбе и беге с высоким подниманием колен, в непрерывном беге до 1 минуты; в ползании по гимнастической скамейке с опорой на колени и предплечья; в перебрасывании мяча друг другу. Развивать ловкость и устойчивое равновесие при ходьбе уменьшенной площади опоры	1	18.09	Л.И. Пензулаева «Физическая культура в детском саду» 5-6 лет стр.27
	9**	Повторить бег, продолжительность 1 минуты, упражнение в прыжках. Развивать ловкость и глазомер, координацию движений	1	19.09	Л.И. Пензулаева «Физическая культура в детском саду» 5-6 лет стр.27-28
	10	Разучить ходьбу с изменением темпа движения по сигналу; разучить пролезание в обруч боком, не задевая за его край; повторить упражнения в равновесии и прыжках	1	24.09 24.09	Л.И. Пензулаева «Физическая культура в детском саду» 5-6 лет стр.28-30
	11*	Продолжать учить ходьбу с изменением темпа движения по сигналу; разучить пролезание в обруч прямо, не задевая за его край; повторить упражнения в равновесии и прыжках	1	25.09	Л.И. Пензулаева «Физическая культура в детском саду» 5-6 лет стр.30-31
	12**	Упражнять в беге на длинную дистанцию, в прыжках; повторить задания с мячом, развивая ловкость и глазомер	1	26.09	Л.И. Пензулаева «Физическая культура в детском саду» 5-6 лет стр.31-32
Октябрь	13	Упражнять в беге продолжительностью до 1 минуты; в ходьбе пристанным шагом по гимнастической скамейке; в прыжках и перебрасывании мяча	1	2.10	Л.И. Пензулаева «Физическая культура в детском саду» 5-6 лет стр.33-35
	14*	Продолжать упражнять в беге продолжительностью до 1 минуты; в ходьбе пристанным шагом по гимнастической скамейке; в прыжках и перебрасывании мяча	1	3.10	Л.И. Пензулаева «Физическая культура в детском саду» 5-6 лет стр.35
	15**	Повторить ходьбу с высоким подниманием колен; знакомить с ведением мяча правой и левой рукой (элементы баскетбола), упражнять в прыжках	1	4.10	Л.И. Пензулаева «Физическая культура в детском саду» 5-6 лет стр.35-36

	16	Разучить поворот по сигналу во время ходьбы в колонне по одному; повторить бег с преодолением препятствий; упражнять в прыжках с высоты; развивать координацию движений при перебрасывании мяча	1	9.10	Л.И. Пензулаева «Физическая культура в детском саду» 5-6 лет стр.37-38
	17*	Продолжать учить поворот по сигналу во время ходьбы в колонне по одному; повторить бег с преодолением препятствий; упражнять в прыжках с высоты; развивать координацию движений при перебрасывании мяча	1	10.10	Л.И. Пензулаева «Физическая культура в детском саду» 5-6 лет стр.39
	18**	Упражнять в ходьбе и беге; разучить игровые упражнения с мячом; повторить игровые упражнения с бегом и прыжками	1	11.10	Л.И. Пензулаева «Физическая культура в детском саду» 5-6 лет стр.39-41
	19	Повторить ходьбу с изменением темпа движения; развивать координацию движений и глазомер при метании в цель; упражнять в равновесии	1	16.10	Л.И. Пензулаева «Физическая культура в детском саду» 5-6 лет стр.41-42
	20*	Повторить ходьбу с изменением темпа движения; развивать координацию движений и глазомер при метании в цель; упражнять в равновесии	1	17.10	Л.И. Пензулаева «Физическая культура в детском саду» 5-6 лет стр.43
	21**	Упражнять в ходьбе и беге с перешагиванием через препятствия, непрерывном беге продолжительностью до 1 минуты; познакомить с игрой в бадминтон; повторить игровое упражнение с прыжками	1	18.10	Л.И. Пензулаева «Физическая культура в детском саду» 5-6 лет стр.43-44
	22	Упражнять в ходьбе парами; повторить лазанье в обруч; упражнять в равновесии и прыжках	1	23.10	Л.И. Пензулаева «Физическая культура в детском саду» 5-6 лет стр. 44-45
	23*	Продолжать упражнять в ходьбе парами; повторить ползание на четвереньках; упражнять в равновесии и прыжках	1	24.10	Л.И. Пензулаева «Физическая культура в детском саду» 5-6 лет стр. 46
	24**	Развивать выносливость в беге продолжительностью до 1,5 минут; разучить игру «Посадка картофеля»; упражнять в прыжках, развивать внимание в игре «Затейники»	1	25.10 25.10	Л.И. Пензулаева «Физическая культура в детском саду» 5-6 лет стр.47-48
		Повторить занятие 24. Развивать выносливость в беге продолжительностью до 1,5 минут; разучить игру «Посадка картофеля»; упражнять в прыжках, развивать внимание в игре «Затейники»	1	30.10 30.10	Л.И. Пензулаева «Физическая культура в детском саду» 5-6 лет стр.47-48

Ноябрь	25	Повторить ходьбу с высоким подниманием колен; упражнения в равновесии, развивая координацию движений; перебрасывание мячей в шеренгах.	1	31.10 31.10	Л.И. Пензулаева «Физическая культура в детском саду» 5-6 лет стр.49-51
	26*	Повторить ходьбу с высоким подниманием колен; упражнения в равновесии, развивая координацию движений; перебрасывание мячей в шеренгах.	1	6.11	Л.И. Пензулаева «Физическая культура в детском саду» 5-6 лет стр.51
	27**	Повторить бег; игровые упражнения с мячом, в равновесии и прыжках	1	7.11	Л.И. Пензулаева «Физическая культура в детском саду» 5-6 лет стр. 52-53
	28	Упражнять в ходьбе с изменением направления движения, беге между предметами; повторить прыжки попеременно на правой и левой ноге с продвижением вперед; упражнять в ползании по гимнастической скамейке и ведении мяча между предметами	1	8.11	Л.И. Пензулаева «Физическая культура в детском саду» 5-6 лет стр.54-55
	29*	Продолжать упражнять в ходьбе с изменением направления движения, беге между предметами; повторить прыжки попеременно на правой и левой ноге с продвижением вперед; упражнять в ползании и ведении мяча между предметами	1	13.11	Л.И. Пензулаева «Физическая культура в детском саду» 5-6 лет стр. 55
	30**	Повторить бег с перешагиванием через предметы, развивая координацию движений; развивать ловкость в игровом задании с мячом, упражнять в беге	1	14.11	Л.И. Пензулаева «Физическая культура в детском саду» 5-6 лет стр.56-57
	31	Упражнять в ходьбе с изменением темпа движения, в беге между предметами, в равновесии; повторить упражнения с мячом	1	15.11	Л.И. Пензулаева «Физическая культура в детском саду» 5-6 лет стр. 57-58
	32*	Продолжать упражнять в ходьбе с изменением темпа движения, в беге между предметами, в равновесии; повторить упражнения с мячом	1	20.11	Л.И. Пензулаева «Физическая культура в детском саду» 5-6 лет стр.58-59
	33**	Упражнять в беге, развивая выносливость; в перебрасывании мяча в шеренгах. Повторить игровые упражнения с прыжками и бегом	1	21.11	Л.И. Пензулаева «Физическая культура в детском саду» 5-6 лет стр 59-60
	34	Повторить ходьбу с выполнением действий по сигналу; упражнять в равновесии и прыжках	1	22.11	Л.И. Пензулаева «Физическая культура в детском саду» 5-6 лет стр.60-61

	35*	Повторить ходьбу с выполнением действий по сигналу; упражнять в равновесии и прыжках	1	27.11	Л.И. Пензулаева «Физическая культура в детском саду» 5-6 лет стр. 62
	36**	Повторить бег с преодолением препятствий; повторить игровые упражнения с прыжками, с бегом и мячом	1	28.11 28.11	Л.И. Пензулаева «Физическая культура в детском саду» 5-6 лет стр. 62-63
		Повторить занятие 36. Повторить бег с преодолением препятствий; повторить игровые упражнения с прыжками, с бегом и мячом	1	29.11	Л.И. Пензулаева «Физическая культура в детском саду» 5-6 лет стр.462-63
Декабрь	37	Упражнять детей в умении сохранять в беге правильную дистанцию друг от друга; разучить ходьбу по наклонной доске с сохранением устойчивого равновесия; повторить перебрасывание мяча	1	4.12	Л.И. Пензулаева «Физическая культура в детском саду» 5-6 лет стр. 64-66
	38*	Продолжать упражнять детей в умении сохранять в беге правильную дистанцию друг от друга; разучить ходьбу по наклонной доске с сохранением устойчивого равновесия; повторить перебрасывание мяча	1	5.12	Л.И. Пензулаева «Физическая культура в детском саду» 5-6 лет стр.66
	39**	Разучить игровые упражнения с бегом и прыжками, упражнять в метании снежков на дальность	1	6.12	Л.И. Пензулаева «Физическая культура в детском саду» 5-6 лет стр 67-68
	40	Упражнять в ходьбе и беге по кругу, взявшись за руки, с поворотом в другую сторону; повторить прыжки попеременно на правой и левой ноге, продвигаясь вперед; упражнять в ползании и переброске мяча	1	11.12	Л.И. Пензулаева «Физическая культура в детском саду» 5-6 лет стр. 68-69
	41*	Продолжать упражнять в ходьбе и беге по кругу, взявшись за руки, с поворотом в другую сторону; повторить прыжки попеременно на правой и левой ноге, продвигаясь вперед; упражнять в ползании и прокатывании мяча	1	12.12	Л.И. Пензулаева «Физическая культура в детском саду» 5-6 лет стр.70
	42**	Повторить ходьбу и бег между постройками; упражнять в прыжках на двух ногах до снеговика; в бросании снежков в цель	1	13.12 13.12	Л.И. Пензулаева «Физическая культура в детском саду» 5-6 лет стр.70-71
	43	Упражнять в ходьбе и беге враспынную; закреплять умение ловить мяч, развивая ловкость и глазомер; повторить ползание по гимнастической скамейке; упражнять в сохранении устойчивого равновесия	1	18.12	Л.И. Пензулаева «Физическая культура в детском саду» 5-6 лет стр.72-73

	44*	Продолжать упражнять в ходьбе и беге враспынную; закреплять умение ловить мяч, развивая ловкость и глазомер; повторить ползание по гимнастической скамейке; упражнять в сохранении устойчивого равновесия	1	19.12	Л.И. Пензулаева «Физическая культура в детском саду» 5-6 лет стр.74
	45**	Развивать ритмичность ходьбы на лыжах; упражнять в прыжках на двух ногах; повторить игровые упражнения с бегом и бросание снежков в горизонтальную цель	1	20.12	Л.И. Пензулаева «Физическая культура в детском саду» 5-6 лет стр.74-75
	46	Упражнять детей в ходьбе и беге по кругу, взявшись за руки, в беге враспынную; в лазанье на гимнастическую стенку; в равновесии и прыжках	1	25.12	Л.И. Пензулаева «Физическая культура в детском саду» 5-6 лет стр.75-76
	47*	Продолжать упражнять детей в ходьбе и беге по кругу, взявшись за руки, в беге враспынную; в лазанье на гимнастическую стенку; в равновесии и прыжках	1	26.12	Л.И. Пензулаева «Физическая культура в детском саду» 5-6 лет стр.77
	48**	Повторить передвижение на лыжах скользящим шагом; разучить игровые упражнения с клюшкой и шайбой; развивать координацию движений и устойчивое равновесие при скольжении по ледяной дорожке	1	27.12	Л.И. Пензулаева «Физическая культура в детском саду» 5-6 лет стр.77-78
Январь	49	Упражнять детей в ходьбе и беге между предметами, не задевая их; продолжать формировать устойчивое равновесие при ходьбе и беге по наклонной доске; упражнять в прыжках с ноги на ногу, в забрасывании мяча в кольцо	1	8.01	Л.И. Пензулаева «Физическая культура в детском саду» 5-6 лет стр.80-82
	50	Упражнять детей в ходьбе и беге между предметами, не задевая их; продолжать формировать устойчивое равновесие при ходьбе и беге по наклонной доске; упражнять в прыжках с ноги на ногу, в забрасывании мяча в кольцо	1	9.01	Л.И. Пензулаева «Физическая культура в детском саду» 5-6 лет стр.82
	51**	Продолжать учить передвигаться по учебной лыжне; повторить игровые упражнения	1	10.01	Л.И. Пензулаева «Физическая культура в детском саду» 5-6 лет стр. 83
	52	Повторить ходьбу и бег по кругу; разучить прыжок в длину с места; упражнять в ползании на четвереньках и прокатывании мяча головой	1	15.01	Л.И. Пензулаева «Физическая культура в детском саду» 5-6 лет стр 84-85
	53*	Повторить ходьбу и бег по кругу; прыжок в длину с места; упражнять в ползании на четвереньках и перебрасывании мяча	1	16.01	Л.И. Пензулаева «Физическая культура в детском саду» 5-6 лет стр. 85

	54**	Закреплять навык скользящего шага в ходьбе на лыжах; повторить игровые упражнения с бегом и метанием	1	17.01	Л.И. Пензулаева «Физическая культура в детском саду» 5-6 лет стр. 86
	55	Повторить ходьбу и бег между предметами; упражнять в перебрасывании мяча друг другу; повторить задание в равновесии	1	22.01	Л.И. Пензулаева «Физическая культура в детском саду» 5-6 лет стр. 87-88
	56*	Повторить ходьбу и бег между предметами; упражнять в перебрасывании мяча друг другу; повторить задание в равновесии	1	23.01	Л.И. Пензулаева «Физическая культура в детском саду» 5-6 лет стр.88
	57**	Закреплять навык скользящего шага в ходьбе на лыжах; повторить игровые упражнения с бегом, прыжками и метанием снежков на дальность	1	24.01 24.01	Л.И. Пензулаева «Физическая культура в детском саду» 5-6 лет стр.89
	58	Повторить ходьбу и бег по кругу, упражнения в равновесии и прыжках. Упражнять в лазании на гимнастическую стенку, не пропуская реек	1	29.01	Л.И. Пензулаева «Физическая культура в детском саду» 5-6 лет стр. 90-91
	59	Упражнять в лазании на гимнастическую стенку, не пропуская реек	1	30.01	Л.И. Пензулаева «Физическая культура в детском саду» 5-6 лет стр. 91
	60**	Разучить повороты на лыжах. Повторить игровые упражнения с бегом и прыжками	1	31.01	Л.И. Пензулаева «Физическая культура в детском саду» 5-6 лет стр. 92
Февраль	61	Упражнять в ходьбе и беге враспынную; в беге продолжительностью до 1 минуты; в сохранении устойчивого равновесия при ходьбе на повышенной опоре; повторить упражнения в прыжках и забрасывании мяча в корзину	1	5.02 5.02	Л.И. Пензулаева «Физическая культура в детском саду» 5-6 лет стр.94-95
	62*	Продолжать упражнять в ходьбе и беге враспынную; в беге продолжительностью до 1 минуты; в сохранении устойчивого равновесия при ходьбе на повышенной опоре; повторить упражнения в прыжках и забрасывании мяча в корзину	1	6.02 6.02	Л.И. Пензулаева «Физическая культура в детском саду» 5-6 лет стр.95-96
	63**	Упражнять детей в ходьбе по лыжне скользящим шагом, повторить повороты на лыжах, игровые упражнения с шайбой, скольжение по ледяной дорожке	1	7.02	Л.И. Пензулаева «Физическая культура в детском саду» 5-6 лет стр.96-97

64	Повторить ходьбу и бег по кругу, взявшись за руки; ходьбу и бег врассыпную; закреплять навык энергичного отталкивания и приземления на полусогнутые ноги в прыжках; упражнять в лазанье под дугу и отбивании мяча о землю	1	12.02	Л.И. Пензулаева «Физическая культура в детском саду» 5-6 лет стр. 98-99
65*	Повторить ходьбу и бег по кругу, взявшись за руки; ходьбу и бег врассыпную; закреплять навык энергичного отталкивания и приземления на полусогнутые ноги в прыжках; упражнять в лазанье под дугу и отбивании мяча о землю	1	13.02	Л.И. Пензулаева «Физическая культура в детском саду» 5-6 лет стр.99
66**	Упражнять в ходьбе на лыжах, метании снежков на дальность; повторить игровые упражнения с бегом и прыжками	1	14.02	Л.И. Пензулаева «Физическая культура в детском саду 5-6 лет стр.99-100
67	Упражнять детей в ходьбе и беге между предметами; разучить метание в вертикальную цель; упражнять в лазанье под палку и перешагивании через нее	1	19.02	Л.И. Пензулаева «Физическая культура в детском саду»5-6 лет стр.101-102
68*	Упражнять детей в ходьбе и беге между предметами; разучить метание в вертикальную цель; упражнять в ползании по гимнастической скамейке	1	20.02	Л.И. Пензулаева «Физическая культура в детском саду» 5-6 лет стр. 102
69**	Повторить игровые упражнения с бегом и прыжками, метание снежков в цель и на дальность	1	21.02	Л.И. Пензулаева Физическая культура в детском саду» 5-6 лет стр.102-103
70	Упражнять детей в непрерывном беге; в лазанье на гимнастическую стенку, не пропуская реек; упражнять в сохранении равновесия при ходьбе на повышенной опоре; повторить задания в прыжках и с мячом	1	26.02	Л.И. Пензулаева «Физическая культура в детском саду» 5-6 лет стр.104-105
71*	Упражнять детей в непрерывном беге; в лазанье на гимнастическую стенку, не пропуская реек; упражнять в сохранении равновесия при ходьбе на повышенной опоре; повторить задания в прыжках и с мячом	1	27.02	Л.И. Пензулаева «Физическая культура в детском саду» 5-6 лет стр.105-106
72**	Повторить игровые упражнения на санках; упражнять в беге и прыжках	1	28.02 28.02	Л.И. Пензулаева «Физическая культура в детском саду» 5-6 лет стр. 106-107

Март	73	Упражнять детей в ходьбе колонной по одному, с поворотом в другую сторону по сигналу; разучить ходьбу по канату (шнуру) с мешочком на голове; упражнять в прыжках и перебрасывании мяча, развивая ловкость и глазомер	1	5.03	Л.И. Пензулаева «Физическая культура в детском саду» 5-6 лет стр. 108-109
	74*	Продолжать упражнять детей в ходьбе колонной по одному, с поворотом в другую сторону по сигналу; закрепить ходьбу по канату (шнуру) с мешочком на голове; упражнять в прыжках и перебрасывании мяча, развивая ловкость и глазомер	1	6.03	Л.И. Пензулаева «Физическая культура в детском саду» 5-6 лет стр. 110
	75**	Повторить игровые упражнения с бегом; упражнять в перебрасывании шайбы друг другу, развивая ловкость и глазомер	1	7.03	Л.И. Пензулаева «Физическая культура в детском саду» 5-6 лет стр. 111-112
	76	Повторить ходьбу и бег по кругу с изменением направления движения и враспынную; разучить прыжок в высоту с разбега; упражнять в метании мешочков в цель, в ползании между предметами	1	12.03	Л.И. Пензулаева «Физическая культура в детском саду» 5-6 лет стр. 112-114
	77*	Повторить ходьбу и бег по кругу с изменением направления движения и враспынную; разучить прыжок в высоту с разбега; упражнять в метании мешочков в цель, в ползании между предметами	1	13.03	Л.И. Пензулаева «Физическая культура в детском саду» 5-6 лет стр. 114
	78**	Повторить бег в чередовании с ходьбой, игровые упражнения с мячом и прыжками	1	14.03	Л.И. Пензулаева «Физическая культура в детском саду» 5-6 лет стр. 114-115
	79	Повторить ходьбу со сменой темпа движения; упражнять в ползании по гимнастической скамейке, в равновесии и прыжках	1	19.03 19.03	Л.И. Пензулаева «Физическая культура в детском саду» 5-6 лет стр. 116-117
	80*	Повторить ходьбу со сменой темпа движения; упражнять в ползании по гимнастической скамейке, в равновесии и прыжках	1	20.03	Л.И. Пензулаева «Физическая культура в детском саду» 5-6 лет стр. 117
	81**	Упражнять детей в беге и ходьбе в чередовании; повторить игровые упражнения в равновесии, прыжках и с мячом	1	21.03	Л.И. Пензулаева «Физическая культура в детском саду» 5-6 лет стр. 118-119
	82	Упражнять детей в ходьбе с перестроением в колонну по два (парами) в движении; в метании в горизонтальную цель; в лазанье и равновесии	1	26.03	Л.И. Пензулаева «Физическая культура в детском саду» 5-6 лет стр. 119-121

	83*	Продолжать упражнять детей в ходьбе с перестроением в колонну по два (парами) в движении; в метании в горизонтальную цель; в ползании и равновесии	1	27.03	Л.И. Пензулаева «Физическая культура в детском саду» 5-6 лет стр. 121
	84**	Упражнять в беге на скорость; разучить упражнение с прокатыванием мяча; повторить игровые задания с прыжками	1	28.03	Л.И. Пензулаева «Физическая культура в детском саду» 5-6 лет стр.122
Апрель	85	Повторить ходьбу и бег по кругу; упражнять в сохранении равновесия при ходьбе по повышенной опоре; упражнять в прыжках и метании	1	2.04	Л.И. Пензулаева «Физическая культура в детском саду» 5-6 лет стр. 124-125
	86*	Повторить ходьбу и бег по кругу; упражнять в сохранении равновесия при ходьбе по повышенной опоре; упражнять в прыжках и метании	1	3.04 3.04	Л.И. Пензулаева «Физическая культура в детском саду» 5-6 лет стр.125
	87**	Упражнять детей в чередовании ходьбы и бега; повторить игру с бегом «Ловишки – перебежки», эстафету с большим мячом	1	4.04	Л.И. Пензулаева «Физическая культура в детском саду» 5-6 лет стр. 126
	88	Повторить ходьбу и бег между предметами; разучить прыжки с короткой скакалкой; упражнять в прокатывании обручей	1	9.04	Л.И. Пензулаева «Физическая культура в детском саду» 5-6 лет стр.127-128
	89*	Повторить ходьбу и бег между предметами; закрепить прыжки с короткой скакалкой; упражнять в прокатывании обручей	1	10.04	Л.И. Пензулаева «Физическая культура в детском саду» 5-6 лет стр.128
	90**	Упражнять детей в длительном беге. Развивая выносливость; в прокатывании обруча; повторить игровые упражнения с прыжками, с мячом	1	11.04	Л.И. Пензулаева «Физическая культура в детском саду» 5-6 лет стр.129
	91	Упражнять в ходьбе и беге колонной по одному с остановкой по команде; повторить метание в вертикальную цель, развивая ловкость и глазомер; упражнять в ползании и сохранении устойчивого равновесия	1	16.04	Л.И. Пензулаева «Физическая культура в детском саду» 5-6 лет стр. 130-131
	92*	Продолжать упражнять в ходьбе и беге колонной по одному с остановкой по команде; повторить метание в вертикальную цель, развивая ловкость и глазомер; упражнять в ползании и сохранении устойчивого равновесия	1	17.04	Л.И. Пензулаева «Физическая культура в детском саду» 5-6 лет стр. 131-132

	93**	Повторить бег на скорость; игровые упражнения с мячом, прыжками и бегом	1	18.04	Л.И. Пензулаева «Физическая культура в детском саду» 5-6 лет стр.132-133
	94	Упражнять в ходьбе и беге между предметами; закреплять навыки лазанья на гимнастическую стенку; упражнять в сохранении равновесия и прыжках	1	23.04	Л.И. Пензулаева «Физическая культура в детском саду» 5-6 лет стр.134-135
	95*	Продолжать упражнять в ходьбе и беге между предметами; закреплять навыки лазанья на гимнастическую стенку; упражнять в сохранении равновесия и прыжках	1	24.04 24.04	Л.И. Пензулаева «Физическая культура в детском саду» 5-6 лет стр.135-136
	96**	Упражнять в беге на скорость; повторить игровые упражнения с мячом, в прыжках и равновесии	1	25.04	Л.И. Пензулаева «Физическая культура в детском саду» 5-6 лет стр.136
		Повторить занятие №96 Упражнять в беге на скорость; повторить игровые упражнения с мячом, в прыжках и равновесии	1	30.04	Л.И. Пензулаева «Физическая культура в детском саду» 5-6 лет стр.136
Май	97	Упражнять детей в ходьбе и беге с поворотом в другую сторону по команде; в сохранении равновесия на повышенной опоре; повторить упражнения в прыжках и с мячом	1	2.05	Л.И. Пензулаева «Физическая культура в детском саду» 5-6 лет стр. 138-139
	98*	Упражнять детей в ходьбе и беге с поворотом в другую сторону по команде; в сохранении равновесия на повышенной опоре; повторить упражнения в прыжках и с мячом	1	3.05	Л.И. Пензулаева «Физическая культура в детском саду» 5-6 лет стр. 140
	99**	Упражнять в беге с высоким подниманием бедра; развивать ловкость и глазомер в упражнениях с мячом и воланом (бадминтон)	1	4.05	Л.И. Пензулаева «Физическая культура в детском саду» 5-6 лет стр. 140-141
	100	Упражнять детей в ходьбе и беге в колонне по одному с перешагиванием через предметы; разучить прыжок в длину с разбега; упражнять в перебрасывании мяча	1	10.05	Л.И. Пензулаева «Физическая культура в детском саду» 5-6 лет стр. 142-143
	101*	Упражнять детей в ходьбе и беге в колонне по одному с перешагиванием через предметы; разучить прыжок в длину с разбега; упражнять в перебрасывании мяча	1	11.05	Л.И. Пензулаева «Физическая культура в детском саду» 5-6 лет стр. 143

102* *	Упражнять детей в ходьбе и беге в колонне по одному с перешагиванием через предметы; разучить прыжок в длину с разбега; упражнять в перебрасывании мяча	1	16.05	Л.И. Пензулаева «Физическая культура в детском саду» 5-6 лет стр. 144
103	Упражнять детей в ходьбе и беге между предметами колонной по одному и враспынную; развивать ловкость и глазомер в упражнениях с мячом; повторить упражнения в равновесии и с обручем	1	17.05	Л.И. Пензулаева «Физическая культура в детском саду» 5-6 лет стр. 145-146
104*	Продолжать упражнять детей в ходьбе и беге между предметами колонной по одному и враспынную; развивать ловкость и глазомер в упражнениях с мячом; повторить упражнения в равновесии и с обручем	1	18.05	Л.И. Пензулаева «Физическая культура в детском саду» 5-6 лет стр. 146-147
105* *	Повторить бег на скорость; игровые упражнения с мячом и в прыжках	1	23.05	Л.И. Пензулаева «Физическая культура в детском саду» 5-6 лет стр. 147-148
106	Повторить ходьбу с изменением темпа движения; развивать навык ползания по гимнастической скамейке на животе; повторить прыжки между предметами	1	24.05	Л.И. Пензулаева «Физическая культура в детском саду» 5-6 лет стр.149-150
107*	Повторить ходьбу с изменением темпа движения; развивать навык ползания по гимнастической скамейке на животе; повторить прыжки	1	25.05	Л.И. Пензулаева «Физическая культура в детском саду» 5-6 лет стр.150
108* *	Упражнять детей в ходьбе и беге с изменением темпа движения; игровых упражнениях с мячом	1		Л.И. Пензулаева «Физическая культура в детском саду» 5-6 лет стр.150-151
	Повторить занятие № 36** Упражнять детей в ходьбе и беге с изменением темпа движения; игровых упражнениях с мячом	1		Л.И. Пензулаева «Физическая культура в детском саду» Старшая группа стр.101

**Образовательная область «Физическая развитие»
Занятие: физическая культура**

**Календарно-тематическое планирование
в старшей группе «Солнышко» (5-6 лет).**

Месяц	№ ООД	Программные задачи	Кол-во час	Дата проведения	Методическая литература
-------	-------	--------------------	------------	-----------------	-------------------------

Сентябрь	1	Упражнять детей в ходьбе и беге колонной по одному, в беге врассыпную; в сохранении устойчивого равновесия; в прыжках с продвижением вперед и перебрасывании мяча	1	4.09 4.09	Л.И. Пензулаева «Физическая культура в детском саду» 5-6 лет стр.16-18
	2*	Продолжать упражнять детей в ходьбе и беге колонной по одному, в беге врассыпную; в сохранении устойчивого равновесия; в прыжках с продвижением вперед и бросании мяча о пол	1	5.09 5.09	Л.И. Пензулаева «Физическая культура в детском саду» 5-6 лет стр.18-19
	3**	Продолжать упражнять детей в ходьбе и беге колонной по одному, в беге врассыпную; в сохранении устойчивого равновесия; в прыжках с продвижением вперед и бросании мяча о пол	1	6.09	Л.И. Пензулаева «Физическая культура в детском саду» 5-6 лет стр.19-21
	4	Повторить ходьбу и бег между предметами; упражнять в ходьбе на носках; развивать координацию движений в прыжках в высоту (достань до предмета) и ловкость в бросках мяча вверх	1	10.09	Л.И. Пензулаева «Физическая культура в детском саду» 5-6 лет стр.21-23
	5*	Повторить ходьбу и бег между предметами; упражнять в ходьбе на носках; развивать координацию движений в прыжках в высоту (достань до предмета) и ловкость в бросках мяча вверх	1	11.09	Л.И. Пензулаева «Физическая культура в детском саду» 5-6 лет стр.23
	6**	Повторить ходьбу и бег между предметами, врассыпную, с остановкой по сигналу, упражнения в прыжках. Развивать ловкость в беге; разучить игровые упражнения с мячом	1	12.09	Л.И. Пензулаева «Физическая культура в детском саду» 5-6 лет стр.23-24
	7	Упражнять в ходьбе и беге с высоким подниманием колен, в непрерывном беге до 1 минуты; в ползании по гимнастической скамейке с опорой на колени и ладони; в подбрасывании мяча вверх. Развивать ловкость и устойчивое равновесие при ходьбе по уменьшенной площади опоры	1	17.09	Л.И. Пензулаева «Физическая культура в детском саду» 5-6 лет стр.25-26

	8*	Продолжать упражнять в ходьбе и беге с высоким подниманием колен, в непрерывном беге до 1 минуты; в ползании по гимнастической скамейке с опорой на колени и предплечья; в перебрасывании мяча друг другу. Развивать ловкость и устойчивое равновесие при ходьбе по уменьшенной площади опоры	1	18.09	Л.И. Пензулаева «Физическая культура в детском саду» 5-6 лет стр.27
	9**	Повторить бег, продолжительность до 1 минуты, упражнение в прыжках. Развивать ловкость и глазомер, координацию движений	1	19.09	Л.И. Пензулаева «Физическая культура в детском саду» 5-6 лет стр.27-28
	10	Разучить ходьбу с изменением темпа движения по сигналу; разучить пролезание в обруч боком, не задевая за его край; повторить упражнения в равновесии и прыжках	1	24.09 24.09	Л.И. Пензулаева «Физическая культура в детском саду» 5-6 лет стр.28-30
	11*	Продолжать учить ходьбу с изменением темпа движения по сигналу; разучить пролезание в обруч прямо, не задевая за его край; повторить упражнения в равновесии и прыжках	1	25.09	Л.И. Пензулаева «Физическая культура в детском саду» 5-6 лет стр.30-31
	12**	Упражнять в беге на длинную дистанцию, в прыжках; повторить задания с мячом, развивая ловкость и глазомер	1	26.09	Л.И. Пензулаева «Физическая культура в детском саду» 5-6 лет стр.31-32
Октябрь	13	Упражнять в беге продолжительностью до 1 минуты; в ходьбе пристанным шагом по гимнастической скамейке; в прыжках и перебрасывании мяча	1	2.10	Л.И. Пензулаева «Физическая культура в детском саду» 5-6 лет стр.33-35
	14*	Продолжать упражнять в беге продолжительностью до 1 минуты; в ходьбе пристанным шагом по гимнастической скамейке; в прыжках и перебрасывании мяча	1	3.10	Л.И. Пензулаева «Физическая культура в детском саду» 5-6 лет стр.35

15**	Повторить ходьбу с высоким подниманием колен; знакомить с ведением мяча правой и левой рукой (элементы баскетбола), упражнять в прыжках	1	4.10	Л.И. Пензулаева «Физическая культура в детском саду» 5-6 лет стр.35-36
16	Разучить поворот по сигналу во время ходьбы в колонне по одному; повторить бег с преодолением препятствий; упражнять в прыжках с высоты; развивать координацию движений при перебрасывании мяча	1	9.10	Л.И. Пензулаева «Физическая культура в детском саду» 5-6 лет стр.37-38
17*	Продолжать учить поворот по сигналу во время ходьбы в колонне по одному; повторить бег с преодолением препятствий; упражнять в прыжках с высоты; развивать координацию движений при перебрасывании мяча	1	10.10	Л.И. Пензулаева «Физическая культура в детском саду» 5-6 лет стр.39
18**	Упражнять в ходьбе и беге; разучить игровые упражнения с мячом; повторить игровые упражнения с бегом и прыжками	1	11.10	Л.И. Пензулаева «Физическая культура в детском саду» 5-6 лет стр.39-41
19	Повторить ходьбу с изменением темпа движения; развивать координацию движений и глазомер при метании в цель; упражнять в равновесии	1	16.10	Л.И. Пензулаева «Физическая культура в детском саду» 5-6 лет стр.41-42
20*	Повторить ходьбу с изменением темпа движения; развивать координацию движений и глазомер при метании в цель; упражнять в равновесии	1	17.10	Л.И. Пензулаева «Физическая культура в детском саду» 5-6 лет стр.43
21**	Упражнять в ходьбе и беге с перешагиванием через препятствия, непрерывном беге продолжительностью до 1 минуты; познакомить с игрой в бадминтон; повторить игровое упражнение с прыжками	1	18.10	Л.И. Пензулаева «Физическая культура в детском саду» 5-6 лет стр.43-44
22	Упражнять в ходьбе парами; повторить лазанье в обруч; упражнять в равновесии и прыжках	1	23.10	Л.И. Пензулаева «Физическая культура в детском саду» 5-6 лет стр. 44-45

	23*	Продолжать упражнять в ходьбе парами; повторить ползание на четвереньках; упражнять в равновесии и прыжках	1	24.10	Л.И. Пензулаева «Физическая культура в детском саду» 5-6 лет стр. 46
	24**	Развивать выносливость в беге продолжительностью до 1,5 минут; разучить игру «Посадка картофеля»; упражнять в прыжках, развивать внимание в игре «Затейники»	1	25.10 25.10	Л.И. Пензулаева «Физическая культура в детском саду» 5-6 лет стр.47-48
		Повторить занятие 24. Развивать выносливость в беге продолжительностью до 1,5 минут; разучить игру «Посадка картофеля»; упражнять в прыжках, развивать внимание в игре «Затейники»	1	30.10 30.10	Л.И. Пензулаева «Физическая культура в детском саду» 5-6 лет стр.47-48
Ноябрь	25	Повторить ходьбу с высоким подниманием колен; упражнения в равновесии, развивая координацию движений; перебрасывание мячей в шеренгах.	1	31.10 31.10	Л.И. Пензулаева «Физическая культура в детском саду» 5-6 лет стр.49-51
	26*	Повторить ходьбу с высоким подниманием колен; упражнения в равновесии, развивая координацию движений; перебрасывание мячей в шеренгах.	1	6.11	Л.И. Пензулаева «Физическая культура в детском саду» 5-6 лет стр.51
	27**	Повторить бег; игровые упражнения с мячом, в равновесии и прыжках	1	7.11	Л.И. Пензулаева «Физическая культура в детском саду» 5-6 лет стр. 52-53
	28	Упражнять в ходьбе с изменением направления движения, беге между предметами; повторить прыжки попеременно на правой и левой ноге с продвижением вперед; упражнять в ползании по гимнастической скамейке и ведении мяча между предметами	1	8.11	Л.И. Пензулаева «Физическая культура в детском саду» 5-6 лет стр.54-55

29*	Продолжать упражнять в ходьбе с изменением направления движения, беге между предметами; повторить прыжки попеременно на правой и левой ноге с продвижением вперед; упражнять в ползании и ведении мяча между предметами	1	13.11	Л.И. Пензулаева «Физическая культура в детском саду» 5-6 лет стр. 55
30**	Повторить бег с перешагиванием через предметы, развивая координацию движений; развивать ловкость в игровом задании с мячом, упражнять в беге	1	14.11	Л.И. Пензулаева «Физическая культура в детском саду» 5-6 лет стр.56-57
31	Упражнять в ходьбе с изменением темпа движения, в беге между предметами, в равновесии; повторить упражнения с мячом	1	15.11	Л.И. Пензулаева «Физическая культура в детском саду» 5-6 лет стр. 57-58
32*	Продолжать упражнять в ходьбе с изменением темпа движения, в беге между предметами, в равновесии; повторить упражнения с мячом	1	20.11	Л.И. Пензулаева «Физическая культура в детском саду» 5-6 лет стр.58-59
33**	Упражнять в беге, развивая выносливость; в перебрасывании мяча в шеренгах. Повторить игровые упражнения с прыжками и бегом	1	21.11	Л.И. Пензулаева «Физическая культура в детском саду 5-6 лет стр 59-60
34	Повторить ходьбу с выполнением действий по сигналу; упражнять в равновесии и прыжках	1	22.11	Л.И. Пензулаева «Физическая культура в детском саду» 5-6 лет стр.60-61
35*	Повторить ходьбу с выполнением действий по сигналу; упражнять в равновесии и прыжках	1	27.11	Л.И. Пензулаева «Физическая культура в детском саду» 5-6 лет стр. 62
36**	Повторить бег с преодолением препятствий; повторить игровые упражнения с прыжками, с бегом и мячом	1	28.11 28.11	Л.И. Пензулаева «Физическая культура в детском саду» 5-6 лет стр. 62-63
	Повторить занятие 36. Повторить бег с преодолением препятствий; повторить игровые упражнения с прыжками, с бегом и мячом	1	29.11	Л.И. Пензулаева «Физическая культура в детском саду» 5-6 лет стр.462-63

Декабрь	37	Упражнять детей в умении сохранять в беге правильную дистанцию друг от друга; разучить ходьбу по наклонной доске с сохранением устойчивого равновесия; повторить перебрасывание мяча	1	4.12	Л.И. Пензулаева «Физическая культура в детском саду» 5-6 лет стр. 64-66
	38*	Продолжать упражнять детей в умении сохранять в беге правильную дистанцию друг от друга; разучить ходьбу по наклонной доске с сохранением устойчивого равновесия; повторить перебрасывание мяча	1	5.12	Л.И. Пензулаева «Физическая культура в детском саду» 5-6 лет стр.66
	39**	Разучить игровые упражнения с бегом и прыжками, упражнять в метании снежков на дальность	1	6.12	Л.И. Пензулаева «Физическая культура в детском саду» 5-6 лет стр 67-68
	40	Упражнять в ходьбе и беге по кругу, взявшись за руки, с поворотом в другую сторону; повторить прыжки попеременно на правой и левой ноге, продвигаясь вперед; упражнять в ползании и переброске мяча	1	11.12	Л.И. Пензулаева «Физическая культура в детском саду» 5-6 лет стр. 68-69
	41*	Продолжать упражнять в ходьбе и беге по кругу, взявшись за руки, с поворотом в другую сторону; повторить прыжки попеременно на правой и левой ноге, продвигаясь вперед; упражнять в ползании и прокатывании мяча	1	12.12	Л.И. Пензулаева «Физическая культура в детском саду» 5-6 лет стр.70
	42**	Повторить ходьбу и бег между постройками; упражнять в прыжках на двух ногах до снеговика; в бросании снежков в цель	1	13.12 13.12	Л.И. Пензулаева «Физическая культура в детском саду» 5-6 лет стр.70-71
	43	Упражнять в ходьбе и беге врассыпную; закреплять умение ловить мяч, развивая ловкость и глазомер; повторить ползание по гимнастической скамейке; упражнять в сохранении устойчивого равновесия	1	18.12	Л.И. Пензулаева «Физическая культура в детском саду» 5-6 лет стр.72-73

	44*	Продолжать упражнять в ходьбе и беге враспынную; закреплять умение ловить мяч, развивая ловкость и глазомер; повторить ползание по гимнастической скамейке; упражнять в сохранении устойчивого равновесия	1	19.12	Л.И. Пензулаева «Физическая культура в детском саду» 5-6 лет стр.74
	45**	Развивать ритмичность ходьбы на лыжах; упражнять в прыжках на двух ногах; повторить игровые упражнения с бегом и бросание снежков в горизонтальную цель	1	20.12	Л.И. Пензулаева «Физическая культура в детском саду» 5-6 лет стр.74-75
	46	Упражнять детей в ходьбе и беге по кругу, взявшись за руки, в беге враспынную; в лазанье на гимнастическую стенку; в равновесии и прыжках	1	25.12	Л.И. Пензулаева «Физическая культура в детском саду» 5-6 лет стр.75-76
	47*	Продолжать упражнять детей в ходьбе и беге по кругу, взявшись за руки, в беге враспынную; в лазанье на гимнастическую стенку; в равновесии и прыжках	1	26.12	Л.И. Пензулаева «Физическая культура в детском саду» 5-6 лет стр.77
	48**	Повторить передвижение на лыжах скользящим шагом; разучить игровые упражнения с клюшкой и шайбой; развивать координацию движений и устойчивое равновесие при скольжении по ледяной дорожке	1	27.12	Л.И. Пензулаева «Физическая культура в детском саду» 5-6 лет стр.77-78
Январь	49	Упражнять детей в ходьбе и беге между предметами, не задевая их; продолжать формировать устойчивое равновесие при ходьбе и беге по наклонной доске; упражнять в прыжках с ноги на ногу, в забрасывании мяча в кольцо	1	8.01	Л.И. Пензулаева «Физическая культура в детском саду» 5-6 лет стр.80-82
	50	Упражнять детей в ходьбе и беге между предметами, не задевая их; продолжать формировать устойчивое равновесие при ходьбе и беге по наклонной доске; упражнять в прыжках с ноги на ногу, в забрасывании мяча в кольцо	1	9.01	Л.И. Пензулаева «Физическая культура в детском саду» 5-6 лет стр.82

	51**	Продолжать учить передвигаться по учебной лыжне; повторить игровые упражнения	1	10.01	Л.И. Пензулаева «Физическая культура в детском саду» 5-6 лет стр. 83
	52	Повторить ходьбу и бег по кругу; разучить прыжок в длину с места; упражнять в ползании на четвереньках и прокатывании мяча головой	1	15.01	Л.И. Пензулаева «Физическая культура в детском саду» 5-6 лет стр. 84-85
	53*	Повторить ходьбу и бег по кругу; прыжок в длину с места; упражнять в ползании на четвереньках и перебрасывании мяча	1	16.01	Л.И. Пензулаева «Физическая культура в детском саду» 5-6 лет стр. 85
	54**	Закреплять навык скользящего шага в ходьбе на лыжах; повторить игровые упражнения с бегом и метанием	1	17.01	Л.И. Пензулаева «Физическая культура в детском саду» 5-6 лет стр. 86
	55	Повторить ходьбу и бег между предметами; упражнять в перебрасывании мяча друг другу; повторить задание в равновесии	1	22.01	Л.И. Пензулаева «Физическая культура в детском саду» 5-6 лет стр. 87-88
	56*	Повторить ходьбу и бег между предметами; упражнять в перебрасывании мяча друг другу; повторить задание в равновесии	1	23.01	Л.И. Пензулаева «Физическая культура в детском саду» 5-6 лет стр. 88
	57**	Закреплять навык скользящего шага в ходьбе на лыжах; повторить игровые упражнения с бегом, прыжками и метанием снежков на дальность	1	24.01 24.01	Л.И. Пензулаева «Физическая культура в детском саду» 5-6 лет стр. 89
	58	Повторить ходьбу и бег по кругу, упражнения в равновесии и прыжках. Упражнять в лазании на гимнастическую стенку, не пропуская реек	1	29.01	Л.И. Пензулаева «Физическая культура в детском саду» 5-6 лет стр. 90-91
	59	Упражнять в лазании на гимнастическую стенку, не пропуская реек	1	30.01	Л.И. Пензулаева «Физическая культура в детском саду» 5-6 лет стр. 91
	60**	Разучить повороты на лыжах. Повторить игровые упражнения с бегом и прыжками	1	31.01	Л.И. Пензулаева «Физическая культура в детском саду» 5-6 лет стр. 92

Февраль	61	Упражнять в ходьбе и беге враспынную; в беге продолжительностью до 1 минуты; в сохранении устойчивого равновесия при ходьбе на повышенной опоре; повторить упражнения в прыжках и забрасывании мяча в корзину	1	5.02 5.02	Л.И. Пензулаева «Физическая культура в детском саду» 5-6 лет стр.94-95
	62*	Продолжать упражнять в ходьбе и беге враспынную; в беге продолжительностью до 1 минуты; в сохранении устойчивого равновесия при ходьбе на повышенной опоре; повторить упражнения в прыжках и забрасывании мяча в корзину	1	6.02 6.02	Л.И. Пензулаева «Физическая культура в детском саду» 5-6 лет стр.95-96
	63**	Упражнять детей в ходьбе по лыжне скользящим шагом, повторить повороты на лыжах, игровые упражнения с шайбой, скольжение по ледяной дорожке	1	7.02	Л.И. Пензулаева «Физическая культура в детском саду» 5-6 лет стр.96-97
	64	Повторить ходьбу и бег по кругу, взявшись за руки; ходьбу и бег враспынную; закреплять навык энергичного отталкивания и приземления на полусогнутые ноги в прыжках; упражнять в лазанье под дугу и отбивании мяча о землю	1	12.02	Л.И. Пензулаева «Физическая культура в детском саду» 5-6 лет стр. 98-99
	65*	Повторить ходьбу и бег по кругу, взявшись за руки; ходьбу и бег враспынную; закреплять навык энергичного отталкивания и приземления на полусогнутые ноги в прыжках; упражнять в лазанье под дугу и отбивании мяча о землю	1	13.02	Л.И. Пензулаева «Физическая культура в детском саду» 5-6 лет стр.99
	66**	Упражнять в ходьбе на лыжах, метании снежков на дальность; повторить игровые упражнения с бегом и прыжками	1	14.02	Л.И. Пензулаева «Физическая культура в детском саду» 5-6 лет стр.99-100
	67	Упражнять детей в ходьбе и беге между предметами; разучить метание в вертикальную цель; упражнять в лазанье под палку и перешагивании через нее	1	19.02	Л.И. Пензулаева «Физическая культура в детском саду» 5-6 лет стр.101-102

	68*	Упражнять детей в ходьбе и беге между предметами; разучить метание в вертикальную цель; упражнять в ползании по гимнастической скамейке	1	20.02	Л.И. Пензулаева «Физическая культура в детском саду» 5-6 лет стр. 102
	69**	Повторить игровые упражнения с бегом и прыжками, метание снежков в цель и на дальность	1	21.02	Л.И. Пензулаева Физическая культура в детском саду» 5-6 лет стр.102-103
	70	Упражнять детей в непрерывном беге; в лазанье на гимнастическую стенку, не пропуская реек; упражнять в сохранении равновесия при ходьбе на повышенной опоре; повторить задания в прыжках и с мячом	1	26.02	Л.И. Пензулаева «Физическая культура в детском саду» 5-6 лет стр.104-105
	71*	Упражнять детей в непрерывном беге; в лазанье на гимнастическую стенку, не пропуская реек; упражнять в сохранении равновесия при ходьбе на повышенной опоре; повторить задания в прыжках и с мячом	1	27.02	Л.И. Пензулаева «Физическая культура в детском саду» 5-6 лет стр.105-106
	72**	Повторить игровые упражнения на санках; упражнять в беге и прыжках	1	28.02 28.02	Л.И. Пензулаева «Физическая культура в детском саду» 5-6 лет стр. 106-107
Март	73	Упражнять детей в ходьбе колонной по одному, с поворотом в другую сторону по сигналу; разучить ходьбу по канату (шнуру) с мешочком на голове; упражнять в прыжках и перебрасывании мяча, развивая ловкость и глазомер	1	5.03	Л.И. Пензулаева «Физическая культура в детском саду» 5-6 лет стр. 108-109
	74*	Продолжать упражнять детей в ходьбе колонной по одному, с поворотом в другую сторону по сигналу; закрепить ходьбу по канату (шнуру) с мешочком на голове; упражнять в прыжках и перебрасывании мяча, развивая ловкость и глазомер	1	6.03	Л.И. Пензулаева «Физическая культура в детском саду» 5-6 лет стр. 110
	75**	Повторить игровые упражнения с бегом; упражнять в перебрасывании шайбы друг другу, развивая ловкость и глазомер	1	7.03	Л.И. Пензулаева «Физическая культура в детском саду» 5-6 лет стр. 111-112

76	Повторить ходьбу и бег по кругу с изменением направления движения и враспынную; разучить прыжок в высоту с разбега; упражнять в метании мешочков в цель, в ползании между предметами	1	12.03	Л.И. Пензулаева «Физическая культура в детском саду» 5-6 лет стр 112-114
77*	Повторить ходьбу и бег по кругу с изменением направления движения и враспынную; разучить прыжок в высоту с разбега; упражнять в метании мешочков в цель, в ползании между предметами	1	13.03	Л.И. Пензулаева «Физическая культура в детском саду» 5-6 лет стр. 114
78**	Повторить бег в чередовании с ходьбой, игровые упражнения с мячом и прыжками	1	14.03	Л.И. Пензулаева «Физическая культура в детском саду» 5-6 лет стр. 114-115
79	Повторить ходьбу со сменой темпа движения; упражнять в ползании по гимнастической скамейке, в равновесии и прыжках	1	19.03 19.03	Л.И. Пензулаева «Физическая культура в детском саду 5-6 лет стр.116-117
80*	Повторить ходьбу со сменой темпа движения; упражнять в ползании по гимнастической скамейке, в равновесии и прыжках	1	20.03	Л.И. Пензулаева «Физическая культура в детском саду» 5-6 лет стр. 117
81**	Упражнять детей в беге и ходьбе в чередовании; повторить игровые упражнения в равновесии, прыжках и с мячом	1	21.03	Л.И. Пензулаева «Физическая культура в детском саду» 5-6 лет стр. 118-119
82	Упражнять детей в ходьбе с перестроением в колонну по два (парами) в движении; в метании в горизонтальную цель; в лазанье и равновесии	1	26.03	Л.И. Пензулаева «Физическая культура в детском саду» 5-6 лет стр. 119-121
83*	Продолжать упражнять детей в ходьбе с перестроением в колонну по два (парами) в движении; в метании в горизонтальную цель; в ползании и равновесии	1	27.03	Л.И. Пензулаева «Физическая культура в детском саду» 5-6 лет стр. 121
84**	Упражнять в беге на скорость; разучить упражнение с прокатыванием мяча; повторить игровые задания с прыжками	1	28.03	Л.И. Пензулаева «Физическая культура в детском саду» 5-6 лет стр.122

Апрель	85	Повторить ходьбу и бег по кругу; упражнять в сохранении равновесия при ходьбе по повышенной опоре; упражнять в прыжках и метании	1	2.04	Л.И. Пензулаева «Физическая культура в детском саду» 5-6 лет стр. 124-125
	86*	Повторить ходьбу и бег по кругу; упражнять в сохранении равновесия при ходьбе по повышенной опоре; упражнять в прыжках и метании	1	3.04 3.04	Л.И. Пензулаева «Физическая культура в детском саду» 5-6 лет стр.125
	87**	Упражнять детей в чередовании ходьбы и бега; повторить игру с бегом «Ловишки – перебежки», эстафету с большим мячом	1	4.04	Л.И. Пензулаева «Физическая культура в детском саду» 5-6 лет стр. 126
	88	Повторить ходьбу и бег между предметами; разучить прыжки с короткой скакалкой; упражнять в прокатывании обручей	1	9.04	Л.И. Пензулаева «Физическая культура в детском саду» 5-6 лет стр.127-128
	89*	Повторить ходьбу и бег между предметами; закрепить прыжки с короткой скакалкой; упражнять в прокатывании обручей	1	10.04	Л.И. Пензулаева «Физическая культура в детском саду» 5-6 лет стр.128
	90**	Упражнять детей в длительном беге. Развивая выносливость; в прокатывании обруча; повторить игровые упражнения с прыжками, с мячом	1	11.04	Л.И. Пензулаева «Физическая культура в детском саду» 5-6 лет стр.129
	91	Упражнять в ходьбе и беге колонной по одному с остановкой по команде; повторить метание в вертикальную цель, развивая ловкость и глазомер; упражнять в ползании и сохранении устойчивого равновесия	1	16.04	Л.И. Пензулаева «Физическая культура в детском саду» 5-6 лет стр. 130-131
	92*	Продолжать упражнять в ходьбе и беге колонной по одному с остановкой по команде; повторить метание в вертикальную цель, развивая ловкость и глазомер; упражнять в ползании и сохранении устойчивого равновесия	1	17.04	Л.И. Пензулаева «Физическая культура в детском саду 5-6 лет стр. 131-132
	93**	Повторить бег на скорость; игровые упражнения с мячом, прыжками и бегом	1	18.04	Л.И. Пензулаева «Физическая культура в детском саду» 5-6 лет стр.132-133

	94	Упражнять в ходьбе и беге между предметами; закреплять навыки лазанья на гимнастическую стенку; упражнять в сохранении равновесия и прыжках	1	23.04	Л.И. Пензулаева «Физическая культура в детском саду» 5-6 лет стр.134-135
	95*	Продолжать упражнять в ходьбе и беге между предметами; закреплять навыки лазанья на гимнастическую стенку; упражнять в сохранении равновесия и прыжках	1	24.04 24.04	Л.И. Пензулаева «Физическая культура в детском саду» 5-6 лет стр.135-136
	96**	Упражнять в беге на скорость; повторить игровые упражнения с мячом, в прыжках и равновесии	1	25.04	Л.И. Пензулаева «Физическая культура в детском саду» 5-6 лет стр.136
		Повторить занятие №96 Упражнять в беге на скорость; повторить игровые упражнения с мячом, в прыжках и равновесии	1	30.04	Л.И. Пензулаева «Физическая культура в детском саду» 5-6 лет стр.136
Май	97	Упражнять детей в ходьбе и беге с поворотом в другую сторону по команде; в сохранении равновесия на повышенной опоре; повторить упражнения в прыжках и с мячом	1	2.05	Л.И. Пензулаева «Физическая культура в детском саду» 5-6 лет стр. 138-139
	98*	Упражнять детей в ходьбе и беге с поворотом в другую сторону по команде; в сохранении равновесия на повышенной опоре; повторить упражнения в прыжках и с мячом	1	3.05	Л.И. Пензулаева «Физическая культура в детском саду» 5-6 лет стр. 140
	99**	Упражнять в беге с высоким подниманием бедра; развивать ловкость и глазомер в упражнениях с мячом и воланом (бадминтон)	1	4.05	Л.И. Пензулаева «Физическая культура в детском саду» 5-6 лет стр. 140-141
	100	Упражнять детей в ходьбе и беге в колонне по одному с перешагиванием через предметы; разучить прыжок в длину с разбега; упражнять в перебрасывании мяча	1	10.05	Л.И. Пензулаева «Физическая культура в детском саду» 5-6 лет стр. 142-143
	101*	Упражнять детей в ходьбе и беге в колонне по одному с перешагиванием через предметы; разучить прыжок в длину с разбега; упражнять в перебрасывании мяча	1	11.05	Л.И. Пензулаева «Физическая культура в детском саду» 5-6 лет стр. 143

102* *	Упражнять детей в ходьбе и беге в колонне по одному с перешагиванием через предметы; разучить прыжок в длину с разбега; упражнять в перебрасывании мяча	1	16.05	Л.И. Пензулаева «Физическая культура в детском саду» 5-6 лет стр. 144
103	Упражнять детей в ходьбе и беге между предметами колонной по одному и враспынную; развивать ловкость и глазомер в упражнениях с мячом; повторить упражнения в равновесии и с обручем	1	17.05	Л.И. Пензулаева «Физическая культура в детском саду» 5-6 лет стр. 145-146
104*	Продолжать упражнять детей в ходьбе и беге между предметами колонной по одному и враспынную; развивать ловкость и глазомер в упражнениях с мячом; повторить упражнения в равновесии и с обручем	1	18.05	Л.И. Пензулаева «Физическая культура в детском саду» 5-6 лет стр. 146-147
105* *	Повторить бег на скорость; игровые упражнения с мячом и в прыжках	1	23.05	Л.И. Пензулаева «Физическая культура в детском саду» 5-6 лет стр. 147-148
106	Повторить ходьбу с изменением темпа движения; развивать навык ползания по гимнастической скамейке на животе; повторить прыжки между предметами	1	24.05	Л.И. Пензулаева «Физическая культура в детском саду» 5-6 лет стр.149-150
107*	Повторить ходьбу с изменением темпа движения; развивать навык ползания по гимнастической скамейке на животе; повторить прыжки	1	25.05	Л.И. Пензулаева «Физическая культура в детском саду» 5-6 лет стр.150
108*	Упражнять детей в ходьбе и беге с изменением темпа движения; игровых упражнениях с мячом	1	30.05	Л.И. Пензулаева «Физическая культура в детском саду» 5-6 лет стр.150-151

Образовательная область «Физическое развитие»

Занятие: физическая культура

**Календарно-тематическое планирование
в подготовительной группе «Ладушки» (6-7 лет).**

Месяц	№ ООД	Программные задачи	Кол- во час	Дата проведе ния	Методическое обеспечение
-------	----------	--------------------	-------------------	------------------------	-----------------------------

Сентябрь	1	Упражнять детей в беге колонной по одному, в умении переходить с бега на ходьбу; в сохранении равновесия и правильной осанки при ходьбе по повышенной опоре. Развивать точность движений при переброске мяча	1	2.09	Л.И. Пензулаева «Физическая культура в детском саду» 6-7 лет стр.10-11
	2*	Продолжать упражнять детей в беге колонной по одному, в умении переходить с бега на ходьбу; в сохранении равновесия и правильной осанки при ходьбе по повышенной опоре. Развивать точность движений при переброске мяча	1	3.09	Л.И. Пензулаева «Физическая культура в детском саду» стр.12
	3**	Упражнять детей в равномерном беге и беге с ускорением; знакомить с прокатыванием обручей, развивая ловкость и глазомер, точность движений; повторить прыжки на двух ногах с продвижением вперед	1	5.09	Л.И. Пензулаева «Физическая культура в детском саду» 6-7 лет стр.12-13
	4	Упражнять детей в равномерном беге с соблюдением дистанции; развивать координацию движений в прыжках с доставанием до предмета; повторить упражнения с мячом и лазанье под шнур, не задевая его.	1	9.09	Л.И. Пензулаева «Физическая культура в детском саду» 6-7 лет стр.14-15
	5*	Продолжать упражнять детей в равномерном беге с соблюдением дистанции; развивать координацию движений в прыжках; повторить упражнения с мячом и «крокодил».	1	10.09	Л.И. Пензулаева «Физическая культура в детском саду» 6-7 лет стр.16
	6**	Упражнять детей в ходьбе и беге между предметами, в прокатывании обручей друг другу; развивать внимание и быстроту движений.	1	12.09	Л.И. Пензулаева «Физическая культура в детском саду» 6-7 лет стр.16-17
	7	Упражнять детей в ходьбе и беге с четким фиксированием поворотов (ориентир); развивать ловкость в упражнениях с мячом, координацию движений в задании на равновесие; повторить упражнение на переползание по гимнастической скамейке.	1	16.09	Л.И. Пензулаева «Физическая культура в детском саду» 6-7 лет стр.18-19
	8*	Продолжать упражнять детей в ходьбе и беге с четким фиксированием поворотов (ориентир); развивать ловкость в упражнениях с мячом, координацию движений в задании на равновесие; повторить упражнение на переползание по гимнастической скамейке.	1	17.09	Л.И. Пензулаева «Физическая культура в детском саду» 6-7 лет стр.20

	9**	Упражнять в чередовании ходьбы и бега; развивать быстроту и точность движений при передаче мяча, ловкость в ходьбе между предметами.	1	19.09	Л.И. Пензулаева «Физическая культура в детском саду» 6-7 лет стр.20-21
	10	Упражнять в чередовании ходьбы и бега по сигналу воспитателя; в ползании по гимнастической скамейке на ладонях и коленях; в равновесии при ходьбе по гимнастической скамейке с выполнением заданий. Повторить прыжки через шнуры.	1	23.09	Л.И. Пензулаева «Физическая культура в детском саду» 6-7 лет стр.21-22
	11*	Продолжать упражнять в чередовании ходьбы и бега по сигналу воспитателя; в лазанье в обруч правым и левым боком; в равновесии при ходьбе по гимнастической скамейке с выполнением заданий. Повторить прыжки через шнуры.	1	24.09	Л.И. Пензулаева «Физическая культура в детском саду» 6-7 лет стр.23
	12**	Повторить ходьбу и бег в чередовании по сигналу, упражнения в прыжках и с мячом; разучить игру «Круговая лапта».	1	26.09	Л.И. Пензулаева «Физическая культура в детском саду» 6-7 лет стр.23-24
		Повторить занятие 12. Повторить ходьбу и бег в чередовании по сигналу, упражнения в прыжках и с мячом; разучить игру «Круговая лапта».	1	30.09	Л.И. Пензулаева «Физическая культура в детском саду» 6-7 лет стр.23-24
Октябрь	13	Закреплять навыки ходьбы и бега между предметами; упражнять в сохранении равновесия на повышенной опоре и прыжках; развивать ловкость в упражнении с мячом.	1	1.10	Л.И. Пензулаева «Физическая культура в детском саду» 6-7 лет стр.26-27
	14*	Продолжать закреплять навыки ходьбы и бега между предметами; упражнять в сохранении равновесия на повышенной опоре и прыжках; развивать ловкость в упражнении с мячом.	1	3.10	Л.И. Пензулаева «Физическая культура в детском саду» 6-7 лет стр.27-28
	15**	Упражнять детей в беге с преодолением препятствий; развивать ловкость в упражнениях с мячом; повторить задание в прыжках.	1	7.10	Л.И. Пензулаева «Физическая культура в детском саду» 6-7 лет стр.28
	16	Упражнять детей в ходьбе с изменением направления движения по сигналу; отрабатывать навык приземления на полусогнутые ноги в прыжках со скамейки; развивать координацию движений в упражнениях с мячом.	1	8.10	Л.И. Пензулаева «Физическая культура в детском саду» 6-7 лет стр.29-30

	17*	Продолжать упражнять детей в ходьбе с изменением направления движения по сигналу; отрабатывать навык приземления на полусогнутые ноги в прыжках со скамейки; развивать координацию движений в упражнениях с мячом.	1	10.10	Л.И. Пензулаева «Физическая культура в детском саду» 6-7 лет стр.31
	18**	Повторить бег в среднем темпе (продолжительность до 1,5 минуты); развивать точность броска; упражнять в прыжках.	1	14.10	Л.И. Пензулаева «Физическая культура в детском саду» 6-7 лет стр.31-32
	19	Упражнять детей в ходьбе с высоким подниманием колен; повторить упражнения в ведении мяча; ползании; упражнять в сохранении равновесия при ходьбе по уменьшенной площади опоры	1	15.10	Л.И. Пензулаева «Физическая культура в детском саду» 6-7 лет стр. 32-33
	20*	Продолжать упражнять детей в ходьбе с высоким подниманием колен; повторить упражнения в ведении мяча; ползании; упражнять в сохранении равновесия при ходьбе по уменьшенной площади опоры	1	17.10	Л.И. Пензулаева «Физическая культура в детском саду» 6-7 лет стр.34
	21**	Закреплять навык ходьбы с изменением направления движения, умение действовать по сигналу воспитателя; развивать точность в упражнениях с мячом.	1	21.10	Л.И. Пензулаева «Физическая культура в детском саду» 6-7 лет стр.35
	22	Закреплять навык ходьбы со сменой темпа движения. Упражнять в беге врассыпную, в ползании на четвереньках с дополнительным заданием; повторить упражнение на равновесие при ходьбе по повышенной опоре	1	22.10	Л.И. Пензулаева «Физическая культура в детском саду» Подготовительная к школе группа стр.27-28
	23*	Продолжать закреплять навык ходьбы со сменой темпа движения. Упражнять в беге врассыпную, в ползании на четвереньках с дополнительным заданием; повторить упражнение на равновесие при ходьбе по повышенной опоре	1	24.10	Л.И. Пензулаева «Физическая культура в детском саду»стр.28
	24**	Повторить ходьбу с остановкой по сигналу воспитателя, бег в умеренном темпе; упражнять в прыжках и переброске мяча	1	28.10	Л.И. Пензулаева «Физическая культура в детском саду» 6-7 лет стр.38-39
		Повторить занятие 24 Повторить ходьбу с остановкой по сигналу воспитателя, бег в умеренном темпе; упражнять в прыжках и переброске мяча	1	29.10	Л.И. Пензулаева «Физическая культура в детском саду» 6-7 лет стр.38-39
		Повторить занятие 24 Повторить ходьбу с остановкой по сигналу воспитателя, бег в умеренном	1	31.10	Л.И. Пензулаева «Физическая культура в детском саду» 6-7 лет

		темпе; упражнять в прыжках и переброске мяча			стр.38-39
Ноябрь	25	Закреплять навык ходьбы и бега по кругу; упражнять в ходьбе по канату; упражнять в энергичном отталкивании в прыжках через шнур; повторить эстафету с мячом.	1	5.11	Л.И. Пензулаева «Физическая культура в детском саду» 6-7 лет стр. 41-42
	26*	Продолжать закреплять навык ходьбы и бега по кругу; упражнять в ходьбе по канату; упражнять в энергичном отталкивании в прыжках; повторить забрасывание мяча в корзину.	1	7.11	Л.И. Пензулаева «Физическая культура в детском саду» 6-7 лет стр.42-43
	27**	Закреплять навык ходьбы, перешагивая через предметы; Повторить игровые упражнения с мячом и прыжками.	1	11.11	Л.И. Пензулаева «Физическая культура в детском саду» 6-7 лет стр.43-44
	28	Упражнять детей в ходьбе с изменением направления движения; прыжках через короткую скакалку; бросании мяча друг другу; ползании по гимнастической скамейке на четвереньках с мешочком на спине.	1	12.11	Л.И. Пензулаева «Физическая культура в детском саду» 6-7 лет стр.44-46
	29*	Продолжать упражнять детей в ходьбе с изменением направления движения; прыжках через короткую скакалку; бросании мяча друг другу; ползании на четвереньках	1	14.11	Л.И. Пензулаева «Физическая культура в детском саду» 6-7 лет стр.46
	30**	Закреплять навыки бега с преодолением препятствий, ходьбы с остановкой по сигналу; повторить игровые упражнения в прыжках и с мячом	1	18.11	Л.И. Пензулаева «Физическая культура в детском саду» 6-7 лет стр.46-47
	31	Упражнять в ходьбе и беге «змейкой» между предметами; повторить ведение мяча с продвижением вперед; упражнять в лазанье под дугу, в равновесии.	1	19.11	Л.И. Пензулаева «Физическая культура в детском саду» 6-7 лет стр 48-50
	32*	Продолжать упражнять в ходьбе и беге «змейкой» между предметами; повторить метание в цель; упражнять в ползании и в равновесии.	1	21.11	Л.И. Пензулаева «Физическая культура в детском саду» 6-7 лет стр.50
	33**	Упражнять детей в ходьбе с изменением темпа движения, с высоким подниманием колен; повторить игровые упражнения с мячом и с бегом.	1	25.11	Л.И. Пензулаева «Физическая культура в детском саду» 6-7 лет стр.50-51

	34	Закреплять навык ходьбы и бега между предметами, развивая координацию движений и ловкость; разучить в лазанье на гимнастическую стенку переход с одного пролета на другой; повторить упражнения в прыжках и на равновесие.	1	26.11	Л.И. Пензулаева «Физическая культура в детском саду» 6-7 лет стр.51-53
	35*	Продолжать закреплять навык ходьбы и бега между предметами, развивая координацию движений и ловкость; разучить в лазанье на гимнастическую стенку переход с одного пролета на другой; повторить упражнения с мячом и на равновесие.	1	28.11	Л.И. Пензулаева «Физическая культура в детском саду» 6-7 лет стр.53
	36**	Повторить ходьбу и бег с изменением направления движения; упражнять в поворотах прыжком на месте; повторить прыжки на правой и левой ноге, огибая предметы; упражнять в выполнении заданий с мячом	1	2.12	Л.И. Пензулаева «Физическая культура в детском саду» 6-7 лет стр.54-55
Декабрь	37	Упражнять детей в ходьбе с различными положениями рук, в беге враспынную; в сохранении равновесия при ходьбе в усложненной ситуации (боком приставным шагом, с перешагиванием). Развивать ловкость в упражнениях с мячом	1	3.12	Л.И. Пензулаева «Физическая культура в детском саду» 6-7 лет стр.56-57
	38*	Продолжать упражнять детей в ходьбе с различными положениями рук, в беге враспынную; в сохранении равновесия при ходьбе в усложненной ситуации (на середине присесть, руки вынести вперед). Развивать ловкость в упражнениях с мячом	1	5.12	Л.И. Пензулаева «Физическая культура в детском саду» 6-7 лет стр. 58
	39**	Повторить ходьбу в колонне по одному с остановкой по сигналу; упражнять детей в продолжительном беге (до 1,5 минуты); повторить упражнения в равновесии, в прыжках, с мячом	1	9.12	Л.И. Пензулаева «Физическая культура в детском саду 6-7 лет стр 58-59
	40	Упражнять детей в ходьбе с изменением темпа движения, с ускорением и замедлением, в прыжках на правой и левой ноге попеременно; повторить упражнения в ползании и эстафету с мячом	1	10.12	Л.И. Пензулаева «Физическая культура в детском саду» 6-7 лет стр.59-61

	41*	Продолжать упражнять детей в ходьбе с изменением темпа движения, с ускорением и замедлением, в прыжках на правой и левой ноге попеременно; повторить упражнения в ползании и с мячом	1	12.12	Л.И. Пензулаева «Физическая культура в детском саду» 6-7 лет стр.61
	42**	Упражнять детей в ходьбе в колонне по одному, с выполнением заданий по сигналу; повторить игровые упражнения на равновесие, в прыжках, на внимание	1	16.12	Л.И. Пензулаева «Физическая культура в детском саду» 6-7 лет стр.61-62
	43	Повторить ходьбу с изменением темпа движения с ускорением и замедлением; упражнять в подбрасывании малого мяча, развивая ловкость и глазомер; упражнять в ползании на животе, в равновесии	1	17.12	Л.И. Пензулаева «Физическая культура в детском саду» стр 63-64
	44*	Повторить ходьбу с изменением темпа движения с ускорением и замедлением; упражнять в перебрасывании малого мяча, развивая ловкость и глазомер; упражнять в ползании на четвереньках, в прыжках	1	19.12	Л.И. Пензулаева «Физическая культура в детском саду» 6-7 лет стр.64
	45**	Упражнять в ходьбе и беге в колонне по одному; в ходьбе и беге с остановкой по сигналу; повторить задания с мячом, упражнения в прыжках, на равновесие	1	23.12	Л.И. Пензулаева «Физическая культура в детском саду» 6-7 лет стр.65-66
	46	Повторить ходьбу и бег по кругу с поворотом в другую сторону; упражнять в ползании по скамейке «по-медвежьи»; повторить упражнение в прыжках и на равновесие	1	24.12	Л.И. Пензулаева «Физическая культура в детском саду» 6-7 лет стр 67-68
	47*	Повторить ходьбу и бег по кругу с поворотом в другую сторону; упражнять в лазании по гимнастической стенке; повторить упражнение в прыжках и на равновесие	1	26.12	Л.И. Пензулаева «Физическая культура в детском саду» 6-7 лет стр.69
	48**	Упражнять детей в ходьбе между постройками из снега; разучить игровое задание «Точный пас»; развивать ловкость и глазомер при метании снежков на дальность	1	30.12	Л.И. Пензулаева «Физическая культура в детском саду» 6-7 лет стр.68 -70
Январь	49	Повторить ходьбу с выполнением заданий для рук; упражнять в прыжках в длину с места; развивать ловкость в упражнениях с мячом и ползании по скамейке.	1	9.01	Л.И. Пензулаева «Физическая культура в детском саду» 6-7 лет стр.70-71

50*	Повторить ходьбу с выполнением заданий для рук; упражнять в прыжках в длину с места; развивать ловкость в упражнениях с мячом и ползании по скамейке.	1	13.01	Л.И. Пензулаева «Физическая культура в детском саду» 6-7 лет стр.72
51**	Провести игровое упражнение «Снежная королева»; упражнение с элементами хоккея; игровое задание в метании снежков на дальность; игровое упражнение с прыжками «Веселые воробышки».	1	14.01	Л.И. Пензулаева «Физическая культура в детском саду» 6-7 лет стр.72-73
52	Упражнять в ходьбе и беге с дополнительным заданием (перешагивание через шнуры); развивать Ловкость и глазомер в упражнениях с мячом; повторить лазанье под шнур	1	16.01	Л.И. Пензулаева «Физическая культура в детском саду» 6-7 лет стр.73-75
53*	Продолжать упражнять в ходьбе и беге с дополнительным заданием (перешагивание через шнуры); развивать ловкость и глазомер в упражнениях с мячом; повторить лазанье под шнур	1	20.01	Л.И. Пензулаева «Физическая культура в детском саду» 6-7 лет стр.75-76
54**	Упражнять в ходьбе между снежками; разучить ведение шайбы клюшкой с одной стороны площадки на другую; повторить катание друг друга на санках	1	21.01	Л.И. Пензулаева «Физическая культура в детском с. аду» 6-7 лет стр. 76-77
55	Повторить ходьбу и бег с изменением направления движения; упражнять в ползании на четвереньках; повторить упражнения на сохранение равновесия и в прыжках	1	23.01	Л.И. Пензулаева «Физическая культура в детском с. аду» 6-7 лет стр.77-79
56*	Повторить ходьбу и бег с изменением направления движения; упражнять в ползании на четвереньках; повторить упражнения на сохранение равновесия и в прыжках	1	27.01	Л.И. Пензулаева «Физическая культура в детском саду» 6-7 лет стр.79
57**	Повторить ходьбу между постройками из снега; упражнять в скольжении по ледяной дорожке; разучить игру «По местам!»	1	28.01	Л.И. Пензулаева «Физическая культура в детском саду» 6-7 лет стр.80-81
58	Повторить ходьбу и бег с изменением направления движения. Упражнять в ползании на четвереньках и прыжках. Развивать умение сохранять устойчивое равновесие	1	30.01	Л.И. Пензулаева «Физическая культура в детском саду» 6-7 лет стр.81-82
59*	Упражнять в ползании на четвереньках и прыжках. Развивать умение сохранять устойчивое равновесие	1	31.01	Л.И. Пензулаева «Физическая культура в детском саду» 6-7 лет стр.81-82
60**	Повторить ходьбу между постройками из снега. Упражнять в скольжении по	1	3.02	Л.И. Пензулаева «Физическая культура

		ледяной дорожке			в детском саду» 6-7 лет стр.81-82
Февраль	61	Упражнять в сохранении равновесия при ходьбе по повышенной опоре с выполнением дополнительного задания, закреплять навык энергичного отталкивания от пола в прыжках; повторить упражнения в бросании мяча, развивая ловкость и глазомер	1	4.02	Л.И. Пензулаева «Физическая культура в детском саду» 6-7 лет стр.84-85
	62*	Продолжать упражнять в сохранении равновесия при ходьбе по повышенной опоре с выполнением дополнительного задания, закреплять навык энергичного отталкивания от пола в прыжках; повторить упражнения с мячом, развивая ловкость и глазомер	1	6.02	Л.И. Пензулаева «Физическая культура в детском саду» 6-7 лет стр.86
	63**	Упражнять в ходьбе и беге с выполнением заданий по сигналу; повторить игровое задание с клюшкой и шайбой, игровое задание с прыжками	1	10.02	Л.И. Пензулаева «Физическая культура в детском саду» 6-7 лет стр. 86-87
	64	Упражнять в ходьбе и беге с выполнением упражнений для рук; разучить прыжки с подскоком (чередование подскоков с ноги на ногу); упражнять в переброске мяча; повторить лазанье в обруч (или под дугу)	1	11.02	Л.И. Пензулаева «Физическая культура в детском саду» 6-7 лет стр.87-89
	65*	Продолжать упражнять в ходьбе и беге с выполнением упражнений для рук; закрепить прыжки; упражнять в переброске мяча; повторить лазанье в обруч (или под дугу)	1	13.02	Л.И. Пензулаева «Физическая культура в детском саду» 6-7 лет стр.89
	66**	Упражнять в ходьбе с выполнением заданий; повторить игровые упражнения на санках, с клюшкой и шайбой	1	17.02	Л.И. Пензулаева культура в детском саду» 6-7 лет стр.90
	67	Повторить ходьбу со сменой темпа движения; упражнять в попеременном подпрыгивании на правой и левой ноге (по кругу), в метании мешочков, лазанье на гимнастическую стенку; повторить упражнения на сохранение равновесия при ходьбе на повышенной опоре с выполнением дополнительного задания	1	18.02	Л.И. Пензулаева «Физическая культура в детском саду» 6-7 лет стр.91-92

	68*	Повторить ходьбу со сменой темпа движения; упражнять в попеременном подпрыгивании на правой и левой ноге (по кругу), в метании мешочков, лазанье на гимнастическую стенку; повторить упражнения на сохранение равновесия при ходьбе на повышенной опоре с выполнением дополнительного задания	1	20. 02	Л.И. Пензулаева «Физическая культура в детском саду» 6-7 лет стр.92-93
	69**	Упражнять в ходьбе и беге с выполнением заданий; повторить игровые упражнения на санках, с клюшкой и шайбой	1	24.02	Л.И. Пензулаева «Физическая культура в детском саду» 6-7 лет стр.93-94
	70	Упражнять в ходьбе в колонне по одному, с выполнением задания на внимание, в ползании на четвереньках между предметами; повторить упражнения на равновесие и прыжки	1	25.02	Л.И. Пензулаева «Физическая культура в детском саду» 6-7 лет стр.94-96
	71*	Продолжать упражнять в ходьбе в колонне по одному, с выполнением задания на внимание, в лазании на гимнастическую стенку; повторить упражнения на равновесие и с мячом.	1	27.02	Л.И. Пензулаева «Физическая культура в детском саду» 6-7 лет стр.96
	72**	Упражнять в ходьбе и беге с выполнением задания «Найди свой цвет»; повторить игровое задание с метанием снежков с прыжками	1	3.03	Л.И. Пензулаева «Физическая культура в детском саду» 6-7 лет стр.96-98
Март	73	Упражнять детей в ходьбе и беге между предметами; в сохранении равновесия при ходьбе по повышенной опоре с дополнительным заданием; повторить задание в прыжках, эстафету с мячом.	1	4.03	Л.И. Пензулаева «Физическая культура в детском саду» 6-7 лет стр.98-100
	74*	Продолжать упражнять детей в ходьбе и беге между предметами; в сохранении равновесия при ходьбе по повышенной опоре с дополнительным заданием; повторить задание в прыжках, эстафету с мячом.	1	6.03	Л.И. Пензулаева «Физическая культура в детском саду» 6-7 лет стр. 100
	75**	Повторить упражнения в беге на скорость, игровые задания с прыжками и мячом	1	10.03	Л.И. Пензулаева «Физическая культура в детском саду» 6-7 лет стр.101-102
	76	Упражнять детей в ходьбе в колонне по одному, беге враспынную; повторить упражнение в прыжках, ползании; задания с мячом	1	11.03	Л.И. Пензулаева «Физическая культура в детском саду» 6-7 лет стр.102-104

	77*	Продолжать упражнять детей в ходьбе в колонне по одному, беге врассыпную; повторить упражнение в прыжках, ползании; задания с мячом	1	13.03	Л.И. Пензулаева «Физическая культура в детском саду» 6-7 лет стр.104
	78**	Упражнять детей в беге, в прыжках; развивать ловкость в заданиях с мячом	1	17.03	Л.И. Пензулаева «Физическая культура в детском саду» 6-7 лет стр.105
	79	Повторить ходьбу с выполнением заданий; упражнять в метании мешочков в горизонтальную цель; повторить упражнения в ползании и на сохранение равновесия при ходьбе по повышенной опоре.	1	18.03	Л.И. Пензулаева «Физическая культура в детском саду» 6-7 лет стр. 106-107
	80*	Повторить ходьбу с выполнением заданий; упражнять в метании мешочков в горизонтальную цель; повторить упражнения в ползании и на сохранение равновесия при ходьбе по уменьшенной площади опоры.	1	20.03	Л.И. Пензулаева «Физическая культура в детском саду» 6-7 лет стр.108
	81**	Упражнять детей в беге на скорость; повторить игровые упражнения с прыжками, с мячом	1	24.03	Л.И. Пензулаева «Физическая культура в детском саду» 6-7 лет стр.108-109
	82	Повторить ходьбу и бег с выполнением задания; упражнять в лазанье на гимнастическую стенку; повторить упражнения на равновесие и прыжки.	1	25.03	Л.И. Пензулаева «Физическая культура в детском саду» 6-7 лет стр.109-111
	83*	Повторить ходьбу и бег с выполнением задания; упражнять в лазанье под шнур; повторить упражнения с мячом и прыжки.	1	27.03	Л.И. Пензулаева «Физическая культура в детском саду» 6-7 лет стр.111
	84**	Повторить упражнения с бегом, в прыжках и с мячом	1	31.03	Л.И. Пензулаева «Физическая культура в детском саду» 6-7 лет стр.111-113
Апрель	85	Повторить игровое упражнение в ходьбе и беге; упражнения на равновесие, в прыжках, с мячом	1	1.04	Л.И. Пензулаева «Физическая культура в детском саду» 6-7 лет стр.113-115
	86*	Повторить игровое упражнение в ходьбе и беге; упражнения на равновесие, в прыжках, с мячом	1	3.04	Л.И. Пензулаева «Физическая культура в детском саду» 6-7 лет стр.115

	87**	Повторить игровое упражнение с бегом; игровые задания с мячом, с прыжками	1	7.04	Л.И. Пензулаева «Физическая культура в детском саду» 6-7 лет стр.115-117
	88	Повторить упражнения в ходьбе и беге; упражнять детей в прыжках в длину с разбега, в перебрасывании мяча друг другу.	1	8.04	Л.И. Пензулаева «Физическая культура в детском саду» 6-7 лет стр.117-118
	89*	Повторить упражнения в ходьбе и беге; упражнять детей в прыжках в длину с разбега, в передаче мяча друг другу.	1	10.04	Л.И. Пензулаева «Физическая культура в детском саду» 6-7 лет стр.119
	90**	Повторить игровое задание с ходьбой и бегом; игровые упражнения с мячом, в прыжках	1	14.04	Л.И. Пензулаева «Физическая культура в детском саду» 6-7 лет стр.119-120
	91	Упражнять детей в ходьбе в колонне по одному, в построении в пары (колонна по два); в метании мешочков на дальность, в ползании, в равновесии	1	15.04	Л.И. Пензулаева «Физическая культура в детском саду» 6-7 лет стр.120-122
	92*	Продолжать упражнять детей в ходьбе в колонне по одному, в построении в пары (колонна по два); в метании мешочков на дальность, в ползании, в равновесии	1	17.04	Л.И. Пензулаева «Физическая культура в детском саду» 6-7 лет стр.122-123
	93**	Повторить бег на скорость; упражнять детей в заданиях с прыжками, в равновесии	1	21.04	Л.И. Пензулаева «Физическая культура в детском саду» 6-7 лет стр.123-124
	94	Повторить ходьбу и бег с выполнением заданий; упражнения в равновесии, в прыжках и с мячом	1	22.04	Л.И. Пензулаева «Физическая культура в детском саду» 6-7 лет стр.124-126
	95*	Повторить ходьбу и бег с выполнением заданий; упражнения в равновесии, в прыжках и с мячом	1	24.04	Л.И. Пензулаева «Физическая культура в детском саду» 6-7 лет стр.126
	96**	Повторить игровое упражнение с ходьбой и бегом, игровые задания в прыжках, с мячом	1	28.04	Л.И. Пензулаева «Физическая культура в детском саду» 6-7 лет стр.126-128
		Повторить занятие 96 Повторить игровое упражнение с ходьбой и бегом, игровые задания в прыжках, с мячом	1	29.04	Л.И. Пензулаева «Физическая культура в детском саду» 6-7 лет стр.126-128
Май	97	Повторить упражнения в ходьбе и беге; в равновесии при ходьбе по повышенной опоре; в прыжках с продвижением вперед на одной ноге; в бросании малого мяча о стенку.	1	5.05	Л.И. Пензулаева «Физическая культура в детском саду» 6-7 лет стр.128-130
	98*	Повторить упражнения в ходьбе и беге; в равновесии при ходьбе по повышенной опоре; в прыжках с продвижением вперед на одной ноге; в бросании малого мяча о стенку.	1	6.05	Л.И. Пензулаева «Физическая культура в детском саду» 6-7 лет стр.130

99**	Упражнять детей в продолжительном беге, развивая выносливость; развивать точность движений при переброске мяча друг другу в движении; упражнять в прыжках через короткую скакалку; повторить упражнение в равновесии с дополнительным заданием	1	8.05	Л.И. Пензулаева «Физическая культура в детском саду» 6-7 лет стр.130-131
100	Упражнять детей в ходьбе и беге со сменой темпа движения, в прыжках в длину с места; повторить упражнения с мячом	1	12.05	Л.И. Пензулаева «Физическая культура в детском саду» 6-7 лет стр.131-133
101*	Продолжать упражнять детей в ходьбе и беге со сменой темпа движения, в прыжках в длину с разбега; повторить упражнения с мячом	1	13.05	Л.И. Пензулаева «Физическая культура в детском саду» 6-7 лет стр.133
102**	Упражнять детей ходьбе и беге с выполнением заданий повторить упражнения с мячом, в прыжках	1	15.05	Л.И. Пензулаева «Физическая культура в детском саду» 6-7 лет стр.133-135
103	Упражнять детей в ходьбе и беге в колонне по одному, по кругу; в ходьбе и беге врассыпную; в метании мешочков на дальность, в прыжках, в равновесии	1	19.05	Л.И. Пензулаева «Физическая культура в детском саду» 6-7 лет стр.135-136
104*	Продолжать упражнять детей в ходьбе и беге в колонне по одному, по кругу; в ходьбе и беге врассыпную; в метании мешочков на дальность, в прыжках, в равновесии	1	20.05	Л.И. Пензулаева «Физическая культура в детском саду» 6-7 лет стр.136-137
105**	Упражнять детей в ходьбе и беге между предметами, в ходьбе и беге врассыпную; повторить задания с мячом и прыжками	1	22.05	Л.И. Пензулаева «Физическая культура в детском саду» 6-7 лет стр.137-138
106	Упражнять в ходьбе и беге с выполнением заданий по сигналу; повторить упражнения в лазанье на гимнастическую стенку; упражнять в сохранении равновесия при ходьбе по повышенной опоре, в прыжках	1	26.05	Л.И. Пензулаева «Физическая культура в детском саду» 6-7 лет стр.139-140
107*	Продолжать упражнять в ходьбе и беге с выполнением заданий по сигналу; повторить упражнения в ползании по гимнастической скамейке; Упражнять в сохранении равновесия при ходьбе по повышенной опоре, в прыжках	1	27.05	Л.И. Пензулаева «Физическая культура в детском саду» 6-7 лет стр.140-141
108*	Повторить игровые упражнения с ходьбой и бегом; упражнять в заданиях с мячом.	1	29.05	Л.И. Пензулаева «Физическая культура в детском саду» 6-7 лет стр.141-142

**План работы с родителями (законными представителями) инструктора по физической культуре
на 2024-2025 учебный год**

Цель: обеспечение психолого-педагогической поддержки семьи и повышения компетентности родителей (законных представителей) в вопросах физического развития и образования, охраны и укрепления здоровья детей.

Задачи:

- ❖ взаимодействовать с родителями (законными представителями) по вопросам физического развития детей;
- ❖ вовлекать родителей в образовательную деятельность.

**Организация информационной среды
Консультации, папки-передвижки, памятки**

№ п/п	Содержание	сроки	группа
1	Наглядная информация: расписание занятий, задачи физического воспитания детей на новый учебный год, целевые ориентиры	сентябрь	все возрастные группы
2	Анкетирование «Физическая культура и оздоровление»	сентябрь	все возрастные группы
3	Консультация «Подготовка одежды к занятиям физической культурой на воздухе и в зале».	сентябрь	все возрастные группы
4	Папка-передвижка «Что такое ГТО?»	сентябрь	Старшие и подготовительная гр.
5	Консультация «Режим дня дошкольника»	октябрь	все возрастные группы
6	Памятка «Проведем выходной день с пользой»	октябрь	все возрастные группы
7	Консультация (рекомендация) «Физическое воспитание ребенка в семье»	ноябрь	все возрастные группы
8	Консультация Что такое дорожки здоровья	ноябрь	средняя-подготовительная группы
9	Рекомендации «Профилактика ОРЗ и гриппа»	ноябрь	все возрастные группы
10	Памятка «Изготовление чесночных кулонов для профилактики ОРЗ и простуды»	декабрь	все возрастные группы
11	Буклет «Игры, в которые играют взрослые и дети»	декабрь	средние-подготовительная группы
12	Памятка «Как зарегистрироваться на сайте ГТО»	январь	старшие, подготовительная группы
13	Беседа «Играем вместе с ребенком»	февраль	все возрастные группы
14	Консультация «Здоровый образ жизни в семье - залог здоровья ребенка»	март	все возрастные группы
15	Папка-передвижка «Роль подвижных игр в оздоровлении детей»	март	все возрастные группы
16	Консультация «Движение и здоровье»	апрель	старшая, подготовительная

			группы
17	Буклет «Упражнения для профилактики плоскостопия»	апрель	все возрастные группы
18	Консультация «Играем с нейроскалкой»	май	средние-подготовительная группы
19	Памятка-рекомендация «Закаливание детей в летний период»	май	все возрастные группы

Индивидуальные беседы, консультации

№ п/п	Содержание	сроки	группа
1	Беседы с родителями вновь поступающих детей	по мере поступления	все возрастные группы
2	Беседа о состоянии здоровья детей	ежедневно	все возрастные группы
3	Беседа о достижениях детей	ежедневно	все возрастные группы
4	Беседа о здоровом образе жизни	ежедневно	все возрастные группы
5	Беседа о сезонной одежде ребенка на занятиях по физической культуре	ежедневно	все возрастные группы
6	Беседа о посещении ребенком утренней гимнастики	ежедневно	все возрастные группы
7	Беседа о соблюдении правил безопасности в разное время года	ежедневно	все возрастные группы
8	Беседа по темам родителей	ежедневно	все возрастные группы
9	Почта доверия, телефон доверия	ежедневно	все возрастные группы

Приложение 3

Перечень спортивного оборудования и инвентаря для реализации двигательной деятельности

№	Название
1.	Шведская стенка гимнастическая
2.	Гимнастические скамейки
3.	Тоннель
4.	Дорожки для профилактики плоскостопия
5.	Мешочек для метания с песком
6.	Коврик (мягкий)
6.	Обручи пластмассовые (маленький)
7.	Стойки для подлезания (металлические)
8.	Баскетбольное кольцо (подвесное)
9.	Палки гимнастические (большие)
10	Набор мягких модулей
.	
11	Мяч резиновый (средний)
.	
12	Мяч футбольный

.	
13	Массажные мячи (маленькие)
.	
14	Скакалки
.	
15	Бубен
.	
16	Канат подвесной
.	
17	Канат для перетягивания
.	
18	Маски для подвижных игр
.	
19	Конус п/м (маленький)
.	
20	Мишени для метания
.	
21	Кольцеброс
.	
22	Батут маленький
.	
23	Батут большой
.	
24	Кегли
.	
25	Тренажер детский
.	
26	Ворота футбольные
.	
27	Лыжи
.	
28	Клюшки, шайбы
.	
29	Фитболы
.	

Приложение 4

**План взаимодействия инструктора по физической культуре
с педагогами и специалистами ДОУ**

**План взаимодействия инструктора по физической культуре
с музыкальным руководителем ДОО
на 2024-2025 учебный год**

№ п/п	Содержание работы	Сроки	Ответственный
1.	Подбор музыки для исполнения её в образовательной деятельности в режимных моментах (утренняя гимнастика, физкультминутки, подвижные игры и т.д.)	В течении года	Музыкальный руководитель, инструктор по физической культуре
2.	Закрепление танцевальных шагов в	В течении года	Инструктор по

	физкультурных занятиях		физической культуре
3.	Подбор игр соревновательного характера для музыкальных праздников	В течении года	Музыкальный руководитель, инструктор по физической культуре
4.	Помощь в подготовке и проведении физкультурно-спортивных праздников	В течении года	Инструктор по физической культуре
5.	Использование на физкультурных занятиях, танцевальных шагов: боковой галоп, пружинящий шаг, приставной и переменный шаг	В течении года	Инструктор по физической культуре
6.	Подбор музыкального сопровождения для спортивных праздников и физкультурных досугов	В течении года	Музыкальный руководитель

План взаимодействия инструктора по физической культуре с воспитателями

№ п/п	Содержание работы	Сроки	Ответственный
1.	Ознакомление педагогов с результатами диагностики физической подготовленности детей	Сентябрь-Май	Инструктор по физической культуре
2.	Разработка рекомендаций по индивидуальной работе на учебный год и на летний период с детьми имеющими отклонение в состоянии здоровья (на основании диагностики)	Октябрь-Май	Инструктор по физической культуре
3.	Проведение консультации по теме «Взаимодействие инструктора с педагогами ДООУ по вопросам физического воспитания, сохранения и укрепления здоровья детей»	Сентябрь-Май	Инструктор по физической культуре
4.	Разработка сценариев для проведения физкультурных развлечений	Сентябрь	Инструктор по физической культуре
5.	Составление картотек подвижных и малоподвижных игр на прогулке для детей	Октябрь	Инструктор по физической культуре
6.	Изготовление информационных буклетов о ЗОЖ	Октябрь-Ноябрь	Инструктор по физической культуре
7.	Подобрать комплексы утренних и после дневного сна гимнастик для детей	Ноябрь	Инструктор по физической культуре
8.	Открытый показ физкультурного занятия с элементами русских народных подвижных игр для педагогов	Декабрь	Инструктор по физической культуре
9.	Пополнение развивающей предметно-пространственной среды в физкультурных уголках нестандартным физкультурным оборудованием	В течении года	Инструктор по физической культуре, воспитатели групп
10.	Проведение ознакомления педагогов с новой методической литературой по физкультурно-оздоровительному направлению	В течении года	Инструктор по физической культуре, воспитатели групп
11.	Участие в педагогических советах	В течении года	Инструктор по физической культуре, воспитатели групп

12.	Участие в методических объединениях ДОУ и района	В течении года	Инструктор по физической культуре, воспитатели групп
-----	--	----------------	--

План взаимодействия инструктора по физической культуре с медицинской сестрой

№ п/п	Содержание работы	Сроки	Примечание
1.	Физическое развитие детей на начало учебного года: анализ медицинских карт, определение группы здоровья и индивидуальных нагрузок детей.	Сентябрь	Заполнение листов здоровья.
2.	Система закаливания в дошкольном образовательном учреждении. Гигиеническое обеспечение занятий по физической культуре. Оптимизация физической нагрузки на физкультурных занятиях (для часто болеющих детей).	Декабрь	Проверка врачом места проведения занятий.
3.	Подбор упражнений с целью профилактики профилактики плоскостопия, нарушения осанки.	Март	Присутствие медсестры на физкультурных занятиях. Комплекс упражнений.
4.	Подведение итогов диагностики на конец учебного года. Рекомендации по охране здоровья в летний период.	Май	Памятка для родителей.

5 План проведения досуговых мероприятий и праздников

Месяц \ группа	2 группа раннего возраста «Веселый теремок»	Младшая группа «Веселый улей»	Средняя группа «Фабрика звезд»	Старшая группа «Ромашки»	Старшая группа «Солнышко»	Подготовительная группа «Ладушки»
Октябрь	Досуг «Мишка-шалунишка»	Досуг «В гостях у Осени»	Досуг «Осенняя спартакиада»	Досуг «Осенняя спартакиада»	Досуг «Осенняя спартакиада»	Спортивный конкурс «Осенняя спартакиада»
Ноябрь	-	-	Развлечение «Игры народов России»	Развлечение «Мы - юные россияне»	Развлечение «Мы - юные россияне»	Развлечение «Мы - юные россияне»
Декабрь	-	-	-	-	-	-
Январь	День здоровья «Зимние забавы»	День здоровья «Зимние забавы»	День здоровья «Зимние забавы»	День здоровья «Рождественские игры»	День здоровья «Рождественские игры»	День здоровья «Рождественские игры»
Февраль	-	-	-	Праздник «Юные защитники Отечества»	Праздник «Юные защитники Отечества»	Праздник «Юные защитники Отечества»
Апрель	-	Развлечение «Пасхальные забавы»	Развлечение «Пасхальные забавы»	Развлечение «Пасхальные забавы»	Развлечение «Пасхальные забавы»	Развлечение «Пасхальные забавы»
Май	-	-	Малые олимпийские игры, посвященные Дню Победы	Малые олимпийские игры, посвященные Дню Победы	Малые олимпийские игры, посвященные Дню Победы	Малые олимпийские игры, посвященные Дню Победы

