

муниципальное автономное дошкольное образовательное учреждение г. Хабаровска «Детский сад №23»

Принята на заседании  
педагогического совета  
протокол № 1  
от « 28 » августа 2019г.



Утверждаю  
заведующий МАДОУ №23  
Е.И. Гузар

Приказ № 142/3  
от « 28 » августа 2019г.

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ИНСТРУКТОРА ПО ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ  
НА 2019-2020 УЧЕБНЫЙ ГОД**

ВЫПОЛНИЛА: ВАСИЛЕНКО Ф.Н.

г. Хабаровск

<b>Содержание:</b>		<b>Стр.:</b>
<b>I. Целевой раздел</b>		<b>3</b>
1.1.	Пояснительная записка:	<b>3</b>
1.1.1	Цели и задачи реализации программы	<b>4</b>
1.1.2	Принципы и подходы к формированию программы	<b>5</b>
1.1.3.	Характеристики особенности развития детей раннего и дошкольного возраста	<b>6</b>
1.2.	Планируемые результаты (целевые ориентиры)	<b>8</b>
<b>II. Содержательный раздел</b>		<b>10</b>
2.1.	Общее содержание Программы, обеспечивающее полноценное физическое развитие детей дошкольного возраста	<b>10</b>
2.1.1.	Описание образовательной деятельности «Физическое развитие»	<b>11</b>
2.1.2.	Описание вариативных форм способов, методов и средств реализации Программы	<b>11</b>
2.2.	Сотрудничество МАДОУ с семьями воспитанников	<b>11</b>
2.3.	Способы и направления поддержки детской инициативы	<b>12</b>
2.4.	Перспективное планирование работы по физическому развитию, согласно образовательной Программе ДОУ	<b>14</b>
<b>III. Организационный раздел</b>		<b>54</b>
3.1.	Материально-техническое обеспечение Программы	<b>54</b>
3.2.	Обеспеченности методическими материалами и средствами обучения и воспитания	<b>54</b>
3.3.	Режим дня	<b>55</b>
3.4.	Особенности организации развивающей предметно-пространственной среды	<b>56</b>

## І. Целевой раздел

### 1.1. Пояснительная записка

Рабочая программа по разделу «Физическое развитие» (далее - Программа), составлена в соответствии с реализуемой в ДОО основной образовательной программой и с учетом основной образовательной программой «От рождения до школы» под редакцией Н.Е.Вераксы, Т.С.Комаровой, М.А.Васильевой для групп общеразвивающего вида.

Программа построена с учетом интеграции области «Физическое развитие» с образовательными областями: -социально-коммуникативное развитие;

-познавательное развитие;

-речевое развитие

-художественно-эстетическое развитие;

Программа предусматривает приобретение опыта в видах деятельности: двигательной, в том числе связанной с выполнением упражнений, направленных на развитие физических качеств: координация и гибкость; способствующих правильному формированию опорнодвигательной системы организма, развитию равновесия, координации движения, крупной и мелкой моторики обеих рук, а также с правильным, не наносящим ущерба организму выполнением основных движений (ходьба, бег, мягкие прыжки, повороты в обе стороны), формирование начальных представлений о некоторых видах спорта, овладение подвижными играми с правилами; становление целенаправленности и саморегуляции в двигательной сфере; ценностей здорового образа жизни, овладение его элементарными нормами и правилами (в питании, двигательном режиме, закаливании, при формировании полезных привычек и др.) Программа разработана в соответствии с требованиями основных нормативных документов:

- Конституция РФ, ст. 43, 72.
- Конвенция о правах ребенка (1989 г.) .
- Закон РФ «Об образовании РФ» (от 29.12. 2012 г. № 273-ФЗ)
- Типовое положение о ДОУ.
- «Санитарно-эпидемические требования к устройству, содержанию и организации режима работы дошкольных образовательных учреждений» (СанПин 2.4.1.3049-13, РФ от 15.05.2013г. № 26
  - Устав МАДОУ №23.
  - ФГОС ДО (утв. Приказом МО и Н РФ от 17.10.2013 г. № 115)

Рабочая программа определяет содержание и организацию воспитательно-образовательного процесса по образовательной области «Физическое развитие» и направлена на сохранение и укрепление здоровья детей.

По действующему СанПиН 2.4.1.3049-13 организованную образовательную деятельность по физическому развитию детей дошкольного возраста организуют не менее 3 раз в неделю, длительностью от 10 до 30 минут (в соответствии с возрастом дошкольников). Один раз в неделю следует круглогодично планировать организованную образовательную деятельность по физическому развитию на открытом воздухе. Ее проводят только при отсутствии у детей медицинских противопоказаний и наличии у них спортивной одежды, соответствующей погодным условиям. В теплое время года при благоприятных погодных условиях непосредственно образовательную деятельность по физическому развитию организуют на открытом воздухе.

Задача инструктора по физической культуре не превращать организованную образовательную деятельность в урок, а использовать формы работы с детьми, соответствующие их возрасту, указанные в программе дошкольного образования «От рождения до школы» под редакцией Н.Е.Вераксы, Т.С.Комаровой, М.А.Васильевой.

Инструктору по физической культуре следует целенаправленно организовывать образовательный процесс так, чтобы от детей требовалась оптимальная двигательная активность во всех видах детской деятельности. Такой подход не только стимулирует физическое развитие, но и способствует более успешному решению остальных образовательных задач.

### 1.1.1. Цели и задачи реализации программы

**Цель программы:** Построение целостной системы с активным взаимодействием всех участников пед. процесса, обеспечивающей оптимальные условия для перехода на новый, более высокий уровень работы по физическому развитию детей, формированию у них физических способностей и качеств с учетом их психофизического развития, индивидуальных возможностей и склонностей; обеспечивающей охрану и укрепление здоровья, формирование основ здорового образа жизни.

**Задачи,** поставленные нашим дошкольным учреждением и обуславливающие достижения цели, состоят в следующем:

**1. Работа с детьми:** построение модели приобщения детей к физической культуре и спорту, ценностям здорового образа жизни, формирование у них мотивов самосохранения, воспитание привычки заботиться о своем здоровье через все направления работы с детьми:

-охрана и укрепление физического и психического здоровья детей, в том числе их эмоционального благополучия;

-организация благоприятных условий для формирования здоровой и физически крепкой личности, воспитания у детей созидательного отношения к своему здоровью;

-обновление содержание учебно-воспитательного процесса дополнительными программами и инновационными здоровьесберегающими технологиями ориентированными на развитие целостной, физически подготовленной, культурно-нравственной личности ребенка, формирование у него основ здоровья, физических свойств и качеств, соответствующих возрастным, индивидуальным и личностным особенностям и возможностям;

- воспитание у детей чувства ответственности за свое здоровье, формирование целостного понимания здорового образа жизни; -

использование в процессе приобщения детей к здоровому образу жизни приемов интеграции разных видов деятельности.

**2. Работа с педагогами:** повышение уровня профессиональной компетентности педагогического коллектива в вопросах физического развития и оздоровления детей:

- реорганизация деятельности методической службы направленной на построение целостного педагогического процесса ДОО и обеспечение качественной и эффективной поддержки педагогов в процессе освоения инноваций в области физического воспитания и оздоровления детей;
- обеспечение использования в работе методической службы ДОО эффективных форм организации;
- обеспечение освоения программы физического развития и внедряемых технологий физического воспитания и оздоровления;
- создание условий для профессионально-творческого роста педагогов в дошкольном образовательном учреждении и проявления их активности.

**3. Работа с родителями:** осуществление преемственности ДОО и семьи в вопросах физического воспитания и оздоровления детей, изучение и активизация педагогического потенциала семьи: формирование у родителей активной позиции в физическом воспитании и оздоровлении ребенка; разработка и внедрение инновационных форм и приемов работы с родителями по пропаганде здорового образа жизни; систематизация деятельности через разработку перспективного планирования работы с родителями по формированию здорового образа жизни.

**4. Работа с социумом:** организация на базе ДОО консультативного пункта поддержки педагогов и родителей в вопросах физического развития и здоровья детей: развитие форм сотрудничества с социальными институтами по пропаганде здорового образа жизни; привлечение персонала дошкольной организации к участию в спортивных мероприятиях; определение новых направлений работы с социальными институтами детства; расширение спектра форм работы ДОО по пропаганде здорового образа жизни; для повышения престижа работы ДОО в социуме, роста доверия к ней со стороны педагогической общественности расширение форм распространения своего опыта.

**5. Предметно-развивающая среда:** организовывать предметно-развивающую среду, стимулирующую развитие двигательной активности детей в разных видах деятельности.

### **1.1.2. Принципы и подходы к формированию программы**

Содержание Программы соответствует основным положениям возрастной психологии, дошкольной педагогики и выстроено по принципу развивающего обучения, целью которого является всестороннее физическое и психологическое развитие ребенка и обеспечивает единство воспитательных, развивающих и обучающих целей и задач.

Программа построена в соответствии со следующими принципами и подходами, определенными ФГОС ДО.

Личностно – ориентированная модель воспитания, предполагающая наличие между взрослыми и детьми отношений сотрудничества и партнерства;

- Формирование духовных и общественных ценностей, а также способностей и компетенций;

Научная обоснованность и практическая значимость;

- Принцип развивающего образования, обеспечивающий становление личности ребенка и ориентирующий педагога на его индивидуальные особенности, усиленный внимания к средствам обучения, формированию у дошкольников способов решения познавательных и творческих задач;

- Единство воспитательных, развивающих и обучающих целей процесса образования детей дошкольного возраста;
- Полнота, необходимость и достаточность содержания (разумный «минимум»);
- Соответствие культурно-историческим, деятельным и личностным подходам к проблеме развития детей дошкольного возраста;

□ Интеграция образовательных областей;

- Комплексно-тематический принцип построения образовательного процесса (доступность тем, мотивация);
- Решение программных образовательных задач в совместной деятельности взрослого и детей, самостоятельной деятельности детей в образовательной и иных видах деятельности, в соответствии со спецификой дошкольного образования;
- Организация образовательного процесса на адекватных возрасту формах и видах деятельности (ведущий вид деятельности – игра);
- Взаимодействие с семьей в целях осуществления полноценного развития ребенка, создания равных условий образования детей дошкольного возраста независимо от материального достатка семьи, места проживания, языковой и культурной среды, этнической принадлежности.

### **Основные подходы к формированию Программы**

Программа построена на основе ФГОС ДО, предъявляемых к структуре образовательной Программы дошкольного образования и ее объему.

Содержание обязательной части выстроено в соответствии с требованиями ФГОС ДО, и на основе Примерной основной общеобразовательной программы дошкольного образования «От рождения до школы» под редакцией Н.Е.Вераксы, Т.С.Комаровой, М.А.Васильевой. В части, формируемой участниками образовательного процесса, учитывались приоритетные направления, региональный компонент.

#### **1.1.3. Характеристики особенности развития детей дошкольного возраста**

В младшем возрасте у ребенка мышцы-сгибатели развиты больше, чем разгибатели, поэтому часто его движения и осанка бывают неправильными: сутулая спина, опущенная голова, сведенные плечи и т.д. К 5 годам увеличивается мышечная масса, нарастает мускулатура нижних конечностей, увеличиваются сила и работоспособность мышц. Сила мышц увеличивается с 3,5 – 4 кг к 7 годам. С 4 лет появляются различия в показателях у мальчиков и девочек. Значительно увеличивается становая сила - сила мышц туловища. Она увеличивается к 7 годам до 32 – 34 кг по сравнению с 15 – 17 кг в 3 – 4 года.

Статическое состояние мышц называется мышечным тонусом. Мышечный тонус в дошкольном возрасте имеет большое значение для формирования правильной осанки. Мышечный тонус туловища создает естественный «мышечный корсет». С годами у ребенка укрепляются мышцы спины и живота. Это является результатом, как регулярного функционирования центральной нервной системы, так и положительным воздействием физических упражнений.

В старшем дошкольном возрасте отмечается бурное развитие и перестройка в работе всех физиологических систем организма ребенка: нервной, сердечнососудистой, эндокринной, опорно-двигательной. Организм дошкольника развивается очень интенсивно. Ребенок быстро прибавляет в росте и весе, изменяются пропорции тела.

На протяжении первых семи лет у него не только увеличиваются все внутренние органы, но и совершенствуются их функции. Происходят существенные изменения высшей нервной деятельности. По своим характеристикам головной мозг шестилетнего ребенка в большей степени приближается к показателям мозга взрослого человека. Организм ребенка в этот период свидетельствует о готовности к переходу на более высокую ступень возрастного развития, предполагающую более интенсивные умственные и физические нагрузки.

После пяти лет резко возрастает потребность ребенка в общении со сверстниками. В игре и других видах совместной деятельности дети осуществляют обмен информацией, планирование, разделение и координацию функций. Постепенно складывается достаточно сплоченное детское общество. Существенно увеличиваются интенсивность и широта круга общения.

Проявления в психическом развитии:

-хочет заниматься интересными делами, умеет сам их находить;

-стремится к контактам, проявляет доброжелательность в общении со взрослыми и сверстниками, адекватность в поведении, эмоциональную отзывчивость;

-стремится к освоению нового (информации, игр, способов действия с различными предметами).

Развитие опорно-двигательной системы (скелет, суставно-связочный аппарат и мускулатура) у детей 6-7 лет еще далеко до завершения. Кости детей содержат значительное количество хрящевой ткани, суставы очень подвижны, связочный аппарат легко растягивается. В 6-8 лет заканчивается формирование физиологических изгибов позвоночника. Скелетная мускулатура ребенка 6-8 лет характеризуется слабым развитием сухожилий, фасций и связок. Так, брюшной пресс ребенка 6 лет как мышечно-фасциальный комплекс еще слабо развит и не в состоянии выдержать значительные напряжения, например, связанные с подъемом тяжестей.

К 6-7 годам хорошо развиты круглые мышцы живота, однако мелкие мышцы спины, имеющие большое значение для удержания правильного положения позвоночного столба, развиты слабее. К 6-7 годам заметно увеличивается сила мышц-разгибателей туловища, бедра и голени – это способствует развитию координированных двигательных актов (ходьба, бег, прыжки) и физических качеств (быстрота, сила, выносливость).

Уровень развития костно-мышечной системы и двигательного анализатора у детей 6-7 лет дает им возможность, кроме естественных движений (ходьба, бег, прыжки), имеющих место в повседневной двигательной активности, воспроизводить ряд сложных двигательных действий. Качество выполнения этих движений позволяет сделать заключение об определенной моторной зрелости детей 6-7 лет.

Старшие дошкольники отличаются высокой двигательной активностью, обладают достаточным запасом двигательных умений и навыков; им лучше удаются движения, требующие скорости и гибкости, а их сила и выносливость пока еще не велики. У ребенка развиты основные двигательные качества (ловкость, гибкость, скоростные и силовые качества):

-сохраняет статическое равновесие (от 15 секунд), стоя на линии (пятка одной ноги примыкает к носку другой ноги); -подбрасывает и ловит мяч двумя руками (от 10 раз);

-прыгает в длину с места, приземляясь на обе ноги и не теряя равновесие;

-бегает свободно, быстро и с удовольствием, пробегает со старта дистанцию 30 м, ловко обегает встречающиеся предметы, не задевая их;

-бросает теннисный мяч или любой маленький мяч, снежок, мешочек и прочее удобной рукой на 5-8 метров; -хорошо владеет своим телом, сохраняет правильную осанку.

В старшем дошкольном возрасте на фоне общего физического развития улучшается подвижность, уравновешенность, устойчивость нервных процессов, накапливается резерв здоровья: снижается частота заболеваний, они протекают сравнительно легко, чаще всего без осложнений.

Однако дети все еще быстро устают, «истощаются» и при перегрузках возникает охранительное торможение. Поэтому одним из основных условий эффективности физического воспитания детей старшего дошкольного возраста является учет их возрастных особенностей.

Таким образом, познание особенностей психофизического развития, формирования двигательных функций позволяет сделать вывод о необходимости создания для ребенка возможности правильно двигаться, т.е. заложить у него основы физической культуры. Важную роль здесь, об этом нельзя забывать, играют воспитание и обучение.

## **1.2. Планируемые результаты (целевые ориентиры)**

Требования Стандарта к результатам освоения Программы представлены в виде целевых ориентиров дошкольного образования, которые представляют собой социально-нормативные возрастные характеристики возможных достижений ребенка на этапе завершения уровня дошкольного образования.

Специфика дошкольного детства (гибкость, пластичность развития ребенка, высокий разброс вариантов его развития, его непосредственность и непроизвольность), а также системные особенности дошкольного образования делают неправомерными требования от ребенка дошкольного возраста конкретных образовательных достижений и обуславливают необходимость определения результатов освоения образовательной программы в виде целевых ориентиров:

### **Целевые ориентиры на этапе завершения дошкольного образования:**

- Ребенок овладевает основными культурными способами деятельности, проявляет инициативу и самостоятельность в разных видах деятельности – игре, общении, познавательно-исследовательской деятельности, конструировании и др.; способен выбирать себе род занятий, участников по совместной деятельности;

- Ребенок овладевает установкой положительного отношения к миру, к разным видам труда, другим людям и к самому себе, обладает чувством собственного достоинства; активно взаимодействует со сверстниками и взрослыми, участвует в совместных играх. Способен договариваться, учитывать интересы и чувства других, сопереживать неудачам и радоваться успехам других, активно проявляет свои чувства, в том числе чувство веры в себя, старается разрешать конфликты;

- Ребенок обладает развитым воображением, которое реализуется в разных видах деятельности, и прежде всего в игре; ребенок владеет разными формами и видами игры, различает условную и реальную ситуации, умеет подчиняться разным правилам и социальным нормам;
- Ребенок достаточно хорошо владеет устной речью, может выражать свои мысли и желания, может использовать речь для выражения своих мыслей, чувств и желаний, построение речевого высказывания в ситуации общения, может выделять звуки в словах, у ребенка складываются предпосылки грамотности;
- У ребенка развита крупная и мелкая моторика; он подвижен, вынослив, владеет основными движениями, может контролировать свои движения и управлять ими; Ребенок способен к волевым усилиям, может следовать социальным нормам поведения и правилам в разных видах деятельности, во взаимоотношениях со взрослыми и сверстниками, может соблюдать правила безопасного поведения и личной гигиены;
- Ребенок проявляет любознательность, задает вопросы взрослым и сверстникам, интересуется причинно-следственными связями, пытается самостоятельно придумывать объяснения явлениям природы и поступкам людей;
- Склонен наблюдать, экспериментировать. Обладает начальными знаниями о себе, о природном и социальном мире, в котором он живет; знаком с произведениями детской литературы, обладает элементарными представлениями из области живой природы, естествознания, математики, истории и т.п.; Ребенок способен к принятию собственных решений, опираясь на свои знания и умения в разных видах деятельности.

Данная Программа предполагает проведение оценки индивидуального физического развития ребенка опираясь на целевые ориентиры с целью дальнейшего эффективного планирования педагогического процесса для развития каждого ребенка. (п.3.2.3 ФГОС ДО)

### **Система оценки результатов освоения Программы**

Целевые ориентиры не подлежат непосредственной оценке, в том числе в виде педагогической диагностики, и не являются основанием для их формального сравнения с реальными достижениями детей. Они не являются основой объективной оценки соответствия, установленным требованиям образовательной деятельности и подготовки детей. Освоение Программы не сопровождается проведением промежуточных аттестаций и итоговой аттестации воспитанников.

Как следует из ФГОС ДО, целевые ориентиры не могут служить непосредственным основанием при решении образовательных задач, включая:

- оценку качества образования;
- оценку как итогового, так и промежуточного уровня детей, в том числе в рамках мониторинга (в том числе в форме тестирования, с использованием методов, основанных на наблюдении, или иных методов измерения результативности детей);

Однако педагог, в ходе своей работы, должен выстраивать индивидуальную траекторию физического развития каждого ребенка. Для этого педагогу необходим и он может сам выбрать инструментарий оценки своей работы, который позволит ему оптимальным образом выстраивать взаимодействие с детьми. (ФГОС ДО п.IV п.4.3)

**II. Содержательный раздел**  
**2.1. Общее содержание Программы,**  
**обеспечивающее полноценное физическое развитие детей дошкольного возраста**

**Модель организации физкультурно-оздоровительной работы в ДОО**

<b>Направление развития ребенка</b>	<b>Первая половина дня</b>	<b>Вторая половина дня</b>
Физическое развитие	<ul style="list-style-type: none"><li>- Прием детей на воздухе в теплое время года</li><li>- Утренняя гимнастика (подвижные игры, игровые сюжеты)</li><li>- Гигиенические процедуры (умывание, мытье рук перед едой, после прогулки и туалета, полоскание рта)</li><li>- Закаливание в повседневной жизни (облегченная одежда в группе, одежда по сезону на прогулке; умывание и мытье рук прохладной водой, воздушные ванны)</li><li>- Физкультминутки во время образовательной деятельности</li><li>- Физкультурные занятия</li><li>- Прогулка в двигательной активности (индивидуальная работа по развитию движений)</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>- Гимнастика после дневного сна</li><li>- Закаливание (воздушные ванны, ходьба босиком в спальне, обширное умывание)</li><li>- Физкультурные досуги, игры, развлечения</li><li>- Самостоятельная двигательная деятельность</li><li>- Прогулка в двигательной активности (индивидуальная работа по развитию движений)</li></ul>

**2.1.1. Описание образовательной деятельности «Физическое развитие»**

Физическое развитие включает в себя приобретение опыта в следующих видах деятельности детей: двигательной, в том числе связанной с выполнением упражнений, направленных на развитие физических качеств: координация и гибкость; способствующих правильному формированию опорно-двигательной системы организма, развитию равновесия, координации движения, крупной и мелкой моторики обеих рук, а также с правильным, не наносящим ущерба организму выполнением основных движений (ходьба, бег, мягкие прыжки, повороты в обе стороны). (ФГОС ДО. П.2.6) Направления:

1) Формирование начальных представлений о здоровом образе жизни.

Цели и задачи: Формирование у детей начальных представлений о здоровом образе жизни.

2) Физическая культура

Цели и задачи: Сохранение, укрепление и охрана здоровья детей; повышение умственной и физической работоспособности, предупреждение утомления.

Обеспечение гармоничного физического развития, совершенствование умений и навыков в основных видах движений воспитание красоты, грациозности, выразительности движений, формирование правильной осанки.

Формирование потребности в ежедневной двигательной активности.

Развитие инициативы, самостоятельности и творчества в двигательной активности, способности к самоконтролю, самооценке при выполнении движений.

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

В детском саду имеется просторный спортивный зал с различным инвентарем и оборудованием. В группах оснащены спортивные уголки для развития движений. На улице имеется оборудованная спортивная площадка, на участках – пособия для развития движения детей: лестницы, дуги и бумы для лазания, деревянные бревна для развития равновесия, качели, сюжетные постройки. Модель двигательного режима предполагает утреннюю гимнастику, ООД по физическому развитию, физкультминутки в ходе ООД, проведение подвижных игр на прогулках, обучение спортивным играм и упражнениям на прогулке, бодрящую гимнастику после сна, динамические паузы в течение дня, физкультурные досуги, праздники.

### **2.1.2. Описание вариативных форм способов, методов и средств реализации Программы -**

занятия по физической культуре (индивидуальные, фронтальные, тематические, комплексные, доминантные, интегрированные);

-развлечения;

-физкультурные досуги;

-праздники;

-организация и проведение кружковой работы по физическому воспитанию;

-индивидуальные занятия с воспитанниками по закреплению ранее приобретенных навыков; -утренняя гимнастика;

-подвижные и спортивные игры и др.

### **2.2. Сотрудничество МАДОУ с семьями воспитанников**

**Цель** взаимодействия с семьей - сделать родителей активными участниками образовательного процесса, оказав им помощь в реализации ответственности за воспитание и обучение детей (формы сотрудничества, информационная политика – памятки, обратная связь, реклама, творческое сотрудничество с семьей и т.п.)

#### **Задачи МАДОУ по работе с семьей:**

- Изучение запросов и потребностей семей;
- Повышение компетентности родителей. Учить родителей общаться с детьми в формах адекватных их возрасту;
- Обучение родителей разным формам организации досуга в семье;
- Создавать ситуации приятного совместного досуга детей и родителей в МАДОУ;
- Приобщение родителей к участию в жизни МАДОУ;

- Ведение работы по профилактике нарушений и защите прав и достоинств детей в МАДОУ и в семье;
- Изучение и пропаганда лучшего семейного опыта.

В основу совместной деятельности семьи и МАДОУ № 23 заложены следующие **принципы**:

- единый подход к процессу воспитания ребёнка;
- открытость дошкольного учреждения для родителей;
- взаимное доверие во взаимоотношениях педагогов и родителей;
- уважение и доброжелательность друг к другу;
- дифференцированный подход к каждой семье;
- равная ответственность родителей и педагогов.

#### **Система работы с родителями включает:**

- ознакомление родителей с результатами работы ДОУ на родительских собраниях, анализом участия родителей в жизни ДОУ;
- ознакомление родителей с содержанием работы ДОУ, направленной на физическое, психическое и социально-эмоциональное развитие ребенка;
- участие в составлении планов жизни группы: спортивных и культурно-массовых мероприятий, работы родительского комитета групп;
- целенаправленную работу, пропагандирующую общественное дошкольное воспитание в его разных формах;
- обучение конкретным приемам и методам воспитания и развития ребенка в разных видах детской деятельности на семинарах-практикумах, консультациях и открытых занятиях.

В МАДОУ № 23 используются следующие эффективные формы взаимодействия с семьями воспитанников:

Подбор и размещение справочного материала на информационном стенде для родителей;

Создание библиотечек для родителей;

Индивидуальные консультации с учетом индивидуальных особенностей ребенка;

Семинар-практикум;

Мастер-класс и др.

#### **Формы взаимодействия с семьями воспитанников по физическому развитию**

1. Осуществление преемственности ДОУ и семьи в вопросах физического воспитания и оздоровления детей;
2. Изучение и активизация педагогического потенциала семьи: формирование у родителей активной позиции в физическом воспитании и оздоровлении ребенка;
3. Разработка и внедрение инновационных форм и приемов работы с родителями по пропаганде здорового образа жизни;
4. Систематизация деятельности через разработку перспективного планирования работы с родителями по формированию здорового образа жизни.
5. Подбор и размещение справочного материала на информационном стенде для родителей;
6. 6. Индивидуальные консультации, с учетом индивидуальных особенностей детей;

7. Мастер-класс;
8. Круглые столы;
9. Дни открытых дверей с просмотром ООД;
10. Участие родителей в проектной деятельности группы, сада;
11. Проведение совместных праздников, развлечений, походов.

### **2.3. Способы и направления поддержки детской инициативы**

Активность ребенка является основной формой его жизнедеятельности, необходимым условием его развития, которая закладывает фундамент и дает перспективы роста интеллектуального, творческого потенциала ребенка. Чем беззаветнее ребенок отдается собственной активности, тем сильнее затем у него возникает потребность в совместной деятельности с взрослым. Чем успешнее развиваются различные формы взаимодействия ребенка и взрослого – носителя знаний, тем содержательнее становится собственная активность ребенка. Именно на основе собственной активности у дошкольников возникает ряд специфических видов деятельности, выполнение которых характеризуется высоким уровнем самостоятельности и организованности.

Поэтому, что бы деятельность детей приобрела осмысленность и развивающий эффект, должны быть созданы условия для поддержки детской инициативы, учитывающие следующие факторы:

- предметно-развивающая среда должна быть разнообразна по своему содержанию;
- образовательная и игровая среда, должна стимулировать развитие поисково-познавательной деятельности детей;
- содержание развивающей среды должно учитывать индивидуальные особенности и интересы детей;
- родители должны быть в курсе всего, что происходит в жизни ребенка: чем он занимается, что нового узнал, чем ему нужно помочь в поиске нового и т.д.

В возрасте 5-6 лет приоритетной сферой проявления детской инициативы является вне ситуативно - личностное общение со взрослыми и сверстниками, а также информационная познавательная инициатива. Для поддержки детской инициативы необходимо создавать положительный климат, привлекать детей к планированию двигательной деятельности: выбор подвижной игры, ритмического танца, упражнения и т.д.

Приоритетной сферой детской инициативы в 6-7 лет является научение, расширение сфер собственной компетенции. Для поддержки детской инициативы необходимо вводить адекватную оценку результата деятельности ребенка, спокойно реагировать на неуспехи ребенка, предлагать варианты исправления работы, создать ситуации, позволяющие ребенку проявлять собственную компетентность, обретая уважение и признание взрослых, поддерживать чувство гордости за свой труд, организовывать показ упражнения, задания самими детьми, создавать условия для самостоятельной творческой или познавательной деятельности детей по интересам.

**2.4. Перспективное планирование работы по физическому развитию,  
согласно образовательной Программе ДОУ**

**Младшая группа**

Сентябрь

Содержание непосредственной образовательной деятельности					Интеграция образовательных областей
Темы, этапы занятия	1-я неделя	2-я неделя	3-я неделя	4-я неделя	
<b>Планируемые результаты:</b> умеет ходить прямо, не шаркая ногами, сохраняя заданное воспитателем направление, может ползать на четвереньках, энергично отталкивается в прыжках на 2-х ногах, может бросать мяч руками от груди; проявляет интерес к участию в совместных играх и физических упражнениях, умеет посредством речи налаживать контакты, взаимодействовать со сверстниками.					<p><b>Физическое развитие:</b> развивать умение ходить и бегать свободно, в колонне по одному; энергично отталкиваться 2-мя ногами и правильно приземляться в прыжках на месте; закреплять умение энергично отталкивать мяч двумя руками одновременно, закреплять умение ползать, развивать умение реагировать на сигнал «беги», «лови», «стой», <b>Социально-коммуникативное развитие:</b> способствовать участию детей в совместных играх, поощрять игры, в которых развиваются навыки лазания, ползания; игры с мячами; продолжать знакомить с элементарными правилами поведения в детском саду: играть с детьми; помогать детям доброжелательно обращаться друг с другом. <b>Познавательное развитие:</b> формировать навык ориентировки в пространстве</p>
<b>Вводная часть</b>	Приучать детей ходить и бегать небольшими группами за инструктором, ходить и бегать всей группой в прямом направлении за инструктором. Познакомить детей с ходьбой и бегом в колонне небольшими группами, на носках, пятках, в колонне по одному, с высоким подниманием колен				
<b>ОРУ</b>	Без предметов	С флажками	С кубиками	С погремушками	
<b>Основные виды движений</b>	1. Ходить и бегать небольшими группами за инструктором. 2. Учить ходить между 2-мя линиями, сохраняя равновесие.	1. Ходьба с высоким подниманием колен в прямом направлении за инструктором. 2. Подпрыгивать на 2х ногах на месте.	1. Ходьба по бревну приставным шагом 2. Учить энергично, отталкивать мяч 2мя руками.	1. Ходьба по рейке, положенной на пол 2. Подлезать под шнур. 3. Катание мяча друг другу	
<b>Подвижные игры</b>	«Бегите ко мне»	«Догони меня»	«Поймай комара»	«Найди свой домик»	
<b>Малоподвижные игры</b>	«Мышки» Спокойная ходьба	«Гуси идут домой» Спокойная ходьба в колонне по одному	«Гуси идут домой» Спокойная ходьба в колонне по одному	Дых/гимн. «Потушим свечи»	

Содержание непосредственной образовательной деятельности					Интеграция образовательных областей
Темы, этапы занятия	1- неделя	2-я неделя	3-я неделя	4-я неделя	
<b>Планируемые результаты:</b> умеет бегать, сохраняя равновесие, изменяя направление, темп бега в соответствии с указаниями воспитателя, может катать мяч в заданном направлении, бросать мяч 2-мя руками, проявляет положительные эмоции при физической активности, откликается на эмоции близких людей и друзей, делает попытки пожалеть сверстника, обнять его, помочь, имеет положительный настрой на соблюдение элементарных правил поведения в детском саду.					<p><b>Физическое развитие:</b> развивать умение ходить и бегать свободно, в колонне по одному, в разных направлениях, согласовывать движения, ориентироваться в пространстве, сохранять правильную осанку стоя, в движении, развивать навыки лазания, ползания, умение энергично отталкиваться 2мя ногами и правильно приземляться, закреплять умение энергично отталкивать мячи при катании;</p> <p><b>Социально-коммуникативное развитие:</b> развивать активность детей в двигательной деятельности, умение общаться спокойно, без крика; учить соблюдать правила безопасного передвижения в помещении и осторожно спускаться и подниматься по лестнице, держаться за перила.</p>
<b>Вводная часть</b>	Ходьба на носках, пятках, с выполнением заданий, бег врассыпную, в колонне, по кругу, с изменением направления, останавливаться во время бега и ходьбы по сигналу воспитателя				
<b>ОРУ</b>	Без предметов	С малым мячом	С флажками	С кубиками	
<b>Основные виды движений</b>	1. Ходьба по ребристой доске с перешагиванием 2. Ползание на четвереньках между предметами 3. Упражнять в подпрыгивании на 2х ногах на месте	1. Во время ходьбы и бега останавливаться на сигнал воспитателя; 2. Перепрыгивание через веревочки. 3. Упражнять в прокатывании мячей	1. Подлезать под шнур. 2. Упражнять в равновесии при ходьбе по уменьшенной площади 3. Упражнять в прокатывании мяча.	1. Подлезание под шнур. 2. Ходьба по уменьшенной площади. 3. Катание мяча в ворота	
<b>Подвижные игры</b>	«Поезд»	«Солнышко и дождик»	«У медведя во бору»	«Воробушки и кот»	
<b>Малоподвижные игры</b>	Звуковое упр. «Кто как кричит?»	Пальч/гимн. «Молоток»	Дых/гимн «Потушим свечи»	Самомассаж «Ладонки»	

Содержание непосредственной образовательной деятельности					Интеграция образовательных областей
Темы, этапы занятия	1-я неделя	2-я неделя	3-я неделя	4-я неделя	<p><b><u>Физическое развитие:</u></b> продолжать развивать разнообразные виды движений, совершенствовать основные движения, умение энергично отталкиваться двумя ногами и правильно приземляться в прыжках на месте; закреплять умение ползать, ловить мяч, брошенный воспитателем; продолжать укреплять и охранять здоровье детей, создавать условия для систематического закаливания организма.</p> <p><b><u>Социально-коммуникативное развитие:</u></b> развивать самостоятельность и творчество при выполнении физических упражнений, в подвижных играх, поощрять игры, в которых развиваются навыки лазания, ползания; игры с мячами; помогать детям посредством речи взаимодействовать и налаживать контакты друг с другом</p>
<p><b>Планируемые результаты:</b> сохраняет равновесие при ходьбе и беге по ограниченной плоскости, может ползать на четвереньках, энергично отталкиваться в прыжках на 2-х ногах, имеет элементарные представления о ценности здоровья, пользе закаливания, умеет взаимодействовать со сверстниками, ситуативно проявляет доброжелательное отношение к окружающим, умение делиться с товарищем; имеет опыт правильной оценки хороших и плохих поступков.</p>					
<b>Вводная часть</b>	Ходьба на носках, пятках, с выполнением заданий, в ходьбе колонной по одному; бег врассыпную, в колонне, по кругу, с изменением направления, останавливаться во время бега и ходьбы по сигналу воспитателя				
<b>ОРУ</b>	Без предметов	С малым мячом	С кубиками	С платочками	
<b>Основные виды движений</b>	<p>1. Ходьба по уменьшенной площади;</p> <p>2. Прыжки через веревочки, положенные в ряд</p> <p>3. Ползание на четвереньках</p>	<p>1 Прыжки из обруча в обруч, приземляться на полусогнутые ноги.</p> <p>2. Прокатывание мяча через ворота</p> <p>3. Ходьба по бревну приставным шагом</p>	<p>1. Ловить мяч, брошенный инструктором, и бросать его назад;</p> <p>2. Ползать на четвереньках.</p> <p>3. Прыжки вокруг предметов</p>	<p>1. Подлезать под дугу на четвереньках.</p> <p>2. Ходьба по уменьшенной площади, с перешагиванием через кубики</p> <p>3. Метание мяча в горизонтальную цель</p>	
<b>Подвижные игры</b>	«Мыши в кладовой»	«Автомобили»	«По ровненькой дорожке»	«Кот и мыши»	
<b>Малоподвижные игры</b>	«Узнай по голосу»	«Пальч/гимн. «Моя семья»	«Найди, где спрятано»	«Где спрятался мышонок»	

Содержание непосредственной образовательной деятельности					Интеграция образовательных областей
Темы, этапы занятия	1-я неделя	2-я неделя	3-я неделя	4-я неделя	
<p><b>Планируемые результаты:</b> умеет бегать, сохраняя равновесие, изменяя направление, темп бега в соответствии с указаниями, сохраняет равновесие при ходьбе и беге по ограниченной плоскости, катает мяч в заданном направлении, проявляет интерес к участию в совместных играх и физических упражнениях, проявляет умение взаимодействовать со сверстниками в непродолжительной совместной игре.</p>					<p><b>Физическое развитие:</b> упражнять в ходьбе беге по кругу, врассыпную, в катании мяча, в подлезание под препятствие; дать представление о том, что утренняя зарядка, игры, физические упражнения вызывают хорошее настроение, познакомить детей с упражнениями, укрепляющими различные органы организма, приучать детей находиться в помещении в облегченной одежде.</p>
<b>Вводная часть</b>	Ходьба и бег врассыпную, используя всю площадь зала, по кругу, с изменением направления; на носках, пятках, с выполнением заданий, ходьба и бег колонной по одному				
<b>ОРУ</b>	Без предметов	С мячом	С кубиками	С погремушками	<p><b>Социально-коммуникативное развитие:</b> постепенно вводить игры с более сложными правилами и сменой видов движений, поощрять попытки пожалеть сверстника, обнять его, помочь; продолжать знакомить детей с элементарными правилами поведения в детском саду; развивать диалогическую форму речи</p>
<b>Основные виды движений</b>	1 Ходьба по доске, положенной на пол 2. Прыжки из обруча в обруч 3. Прокатывание мяча друг другу	1. Перебрасывание мячей через веревочку вдаль 2. Подлезать под шнур. 3. Ходьба с перешагиванием через набивных мячей	1. Ползание по туннелю 2. Метание мешочков вдаль. 3. Ходьба по веревочке, положенной на пол, змейкой	1. Ползание под дугой на четвереньках 2. Прыжки через набивные мячи 3. Прокатывание мяча друг другу, через ворота	
<b>Подвижные игры</b>	Наседка и цыплята	«Поезд»	«Птички и птенчики»	«Мыши и кот»,	
<b>Малоподвижные игры</b>	«Лошадки»	Дых/упр «Подуем на снежинку»	«Найдем птичку»	«Каравай»	

Содержание непосредственной образовательной деятельности					Интеграция образовательных областей
Темы, этапы занятия	1-я неделя	2-я неделя	3-я неделя	4-я неделя	
<p><b>Планируемые результаты:</b> умеет бегать, сохраняя равновесие, изменяя направление, темп бега в соответствии с указаниями, сохраняет равновесие при ходьбе и беге по ограниченной плоскости, катает мяч в заданном направлении, проявляет интерес к участию в совместных играх и физических упражнениях, проявляет умение взаимодействовать и ладить со сверстниками в непосредственной совместной игре.</p>					<p><b>Физическое развитие:</b> упражнять в ходьбе и беге по кругу, врассыпную, в катании мяча, в подлезании под препятствие; дать представление о том, что утренняя зарядка, игры, физические упражнения вызывают хорошее настроение, познакомить детей с упражнениями, укрепляющими различные органы и организма.</p> <p><b>Социально-коммуникативное развитие:</b> постепенно вводить игры с более сложными правилами и сменой видов движений, поощрять попытки пожалеть сверстника, обнять его, помочь; продолжать знакомить детей с элементарными правилами поведения в детском саду; развивать диалогическую форму речи</p>
<b>Вводная часть</b>	Ходьба и бег между предметами на носках, пятках, врассыпную с нахождением своего места в колонне, с остановкой по сигналу; парами, с выполнением заданий				
<b>ОРУ</b>	С мячом	С кубиками	С погремушками	С платочками	
<b>Основные виды движений</b>	1. Ходьба по наклонной доске (20см). 2. Прыжки на двух ногах через предметы 3. Метание малого мяча в цель	1. Ходьба по гимнастической скамейке. 2. Ползание по гимнастической скамейке на четвереньках 3. Прыжки в длину с места	1. Лазание по гимнастической стенке. 2. Ходьба между предметами, высоко поднимая колени, 3. Прокатывать мяч друг другу	1. Метание мяча в вертикальную цель правой и левой рукой 2. Подлезать под шнур, не касаясь руками пола 3. Ходьба по доске по гимнастической скамейке	
<b>Подвижные игры</b>	«Кролики»	«Трамвай»,	«Птички и птенчики»	«Мыши в кладовой»	
<b>Малоподвижные игры</b>	«Ножки отдыхают». Массаж стоп мячами ежиками	Дых/упр «Подуем на снежинку»	«Найдем птичку»	«Каравай»	

Содержание непосредственной образовательной деятельности					Интеграция образовательных областей
Темы, этапы занятия	1-я неделя	2-я неделя	3-я неделя	4-я неделя	
<p><b>Планируемые результаты:</b> умеет бегать, изменяя направление, темп бега в соответствии с указаниями воспитателя, сохраняет равновесие при ходьбе по ограниченной плоскости, владеет соответствующими возрасту основными движениями, стремится самостоятельно выполнять элементарные поручения, преодолевать небольшие трудности, умеет занимать себя игрой</p>					<p><b>Физическое развитие:</b> продолжать развивать разнообразные виды движений, совершенствовать основные движения, умение энергично отталкиваться двумя ногами и правильно приземляться в прыжках на месте; закреплять умение ползать, ловить мяч, брошенный воспитателем; продолжать укреплять и охранять здоровье детей, создавать условия для систематического закаливания организма.</p> <p><b>Социально-коммуникативное развитие:</b> развивать самостоятельность и творчество при выполнении физических упражнений, в подвижных играх, поощрять игры, в которых развиваются навыки лазания, ползания; игры с мячами; помогать детям посредством речи взаимодействовать и налаживать контакты друг с другом</p>
<b>Вводная часть</b>	Ходьба на носках, пятках, с выполнением заданий, ходьба колонной по одному; бег враспынную, по кругу, с изменением направления и темпа движения, останавливаться во время бега и ходьбы по сигналу воспитателя				
<b>ОРУ</b>	Без предметов	С погремушками	С платочками	С кубиками	
<b>Основные виды движений</b>	1. Ходьба по ребристой доске 2. Прыжки с продвижением вперед. 3. Прокатывание мяча между кеглями	1. Ходьба по гимнастической скамейке, перешагивая через кубики. 2. Спрыгивание со скамейки - мягкое приземление на мат на полусогнутые ноги 3. Ползание между предметами.	1. Ходьба по наклонной доске, спуск по лесенке 2. Прокатывание мяча друг другу; 3. Подлезание под дугу, не касаясь руками пола.	1. Ходьба по гимнастической скамейке боком 2. Перебрасывание мяча друг другу и ловля его двумя руками. 3. Подлезание под шнур, не касаясь руками пола.	
<b>Подвижные игры</b>	«Кролики»	«Мой веселый, звонкий мяч»,	«Воробышки и автомобиль»	«Птички в гнездышках»	
<b>Малоподвижные игры</b>	«Ножки отдыхают». Массаж стоп мячами ежиками	Дых/упр «Подуем на снежинку»	«Лошадки»	Дых/упр «Задует свечи»	

Март

Содержание непосредственной образовательной деятельности					Интеграция образовательных областей
Темы, этапы занятия	1-я неделя	2-я неделя	3-я неделя	4-я неделя	
<p><b>Планируемые результаты:</b> умеет бегать, сохраняя равновесие, изменяя направление, темп бега в соответствии с указаниями воспитателя, может ползать на четвереньках, лазать по шведской стенке, энергично отталкивается в прыжках на двух ногах, прыгает в длину, может катать мяч, ударять мячом об пол и ловить; проявляет положительные в самостоятельной двигательной деятельности, имеет элементарные представления о ценности здоровья, умеет действовать совместно в подвижных играх и физических упражнениях, согласовывать движения</p>					<p><b>Физическое развитие:</b> продолжать развивать разнообразные виды движений, совершенствовать основные движения, умение энергично отталкиваться двумя ногами и правильно приземляться в прыжках на месте; закреплять умение ползать, ловить мяч, брошенный воспитателем; продолжать укреплять и охранять здоровье детей, создавать условия для систематического закаливания организма.</p>
<b>Вводная часть</b>	Ходьба на носках, пятках, с выполнением заданий, ходьба колонной по одному; бег враспынную, по кругу, с изменением направления и темпа движения, останавливаться во время бега и ходьбы по сигналу воспитателя				
<b>ОРУ</b>	Без предметов	С кубиками	С обручем	С флажками	<p><b>Социально-коммуникативное развитие:</b> развивать самостоятельность и творчество при выполнении физических упражнений, в подвижных играх, поощрять игры, в которых развиваются навыки лазания, ползания; игры с мячами; помогать детям посредством речи взаимодействовать и налаживать контакты друг с другом</p>
<b>Основные виды движений</b>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Прыжки из обруча в обруч.</li> <li>2. Ходьба по канату боком</li> <li>3. Ползание в тоннеле</li> <li>4. Бросание мяча вверх, вниз, об пол и ловля его</li> </ol>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Ходьба по гимнастической скамейке, приставным шагом</li> <li>2. Прокатывание мяча друг другу.</li> <li>3. Пролезание в обруч</li> <li>4. Прыжки с продвижением вперед</li> </ol>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Ходьба по ограниченной поверхности</li> <li>2. Перебрасывание мяча через шнур</li> <li>3. Лазание по шведской стенке</li> </ol>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Ходьба по канату приставным шагом</li> <li>2. Метание в горизонтальную цель</li> <li>3. Пролезание в обруч</li> </ol>	
<b>Подвижные игры</b>	«У медведя во бору»	«Лохматый пес»	«Мыши в кладовой»	«Воробушки и автомобиль»	
<b>Малоподвижные игры</b>	Дых/упр «Пчелки»	Дых/упр «Надуем шарик»	«Угадай кто позвал»	Пальч/гимн «Семья»	

Апрель

Содержание непосредственной образовательной деятельности					Интеграция образовательных областей
Темы, этапы занятия	1-я неделя	2-я неделя	3-я неделя	4-я неделя	
<p><b>Планируемые результаты:</b> умеет ходить прямо, не шаркая ногами, сохраняя заданное воспитателем направление, сохраняет равновесие при ходьбе и беге по ограниченной плоскости, может бросать мяч и ловить двумя руками, владеет соответствующими возрасту основными движениями, готов соблюдать элементарные правила в совместных играх, интересуется предметами ближайшего окружения, их назначением, свойствами, обращается к воспитателю по имени и отчеству</p>					<p><b>Физическое развитие:</b> продолжать развивать разнообразные виды движений, совершенствовать основные движения; закреплять умение ползать, ловить мяч, брошенный воспитателем; продолжать укреплять и охранять здоровье детей, создавать условия для систематического закаливания организма.</p>
<b>Вводная часть</b>	Ходьба на носках, пятках, с выполнением заданий, ходьба колонной по одному; бег враспынную, по кругу, с изменением направления и темпа движения, останавливаться во время бега и ходьбы по сигналу воспитателя; учить работать вместе при игре с парашютом				
<b>ОРУ</b>	Без предметов	С обручем	С кубиками	С платочками	<b>Социально-коммуникативное развитие:</b>
<b>Основные виды движений</b>	<ol style="list-style-type: none"> <li>Ходьба по гимнастической скамейке</li> <li>Перебрасывание мяча друг другу и ловля его двумя руками.</li> <li>Подлезание под шнур, не касаясь руками пола.</li> </ol>	<ol style="list-style-type: none"> <li>Ходьба по наклонной доске, спуск по лесенке</li> <li>Прокатывание мяча друг другу;</li> <li>Подлезание под дугу, не касаясь руками пола</li> </ol>	<ol style="list-style-type: none"> <li>Ходьба по гимнастической скамейке, перешагивая через кубики.</li> <li>Спрыгивание со скамейки на мат</li> <li>Ползание между предметами</li> <li>Перебрасывание мяча друг другу</li> </ol>	<ol style="list-style-type: none"> <li>Ходьба по лестнице положенной на пол</li> <li>Прокатывание мяча в ворота.</li> <li>Пролезание в обруч</li> <li>Прыжки с продвижением вперед</li> </ol>	<p>развивать самостоятельность и творчество при выполнении физических упражнений, в подвижных играх, поощрять игры, в которых развиваются навыки лазания, ползания; игры с мячами.</p> <p><b>Социально-коммуникативное развитие:</b> помогать детям посредством речи взаимодействовать и налаживать контакты друг с другом</p>
<b>Подвижные игры</b>	«Солнышко и дождик»	«Поймай комара»	«Светофор и автомобили»	«У медведя во бору»	
<b>Малоподвижные игры</b>	«Кто ушел»	«Найди комарика»	«Парашют» Дует, дует ветерок	Дых/упр «Пчелки»	

Май

Содержание непосредственной образовательной деятельности					Интеграция образовательных областей
Темы, этапы занятия	1-я неделя	2-я неделя	3-я неделя	4-я неделя	
<p><b>Планируемые результаты:</b> умеет бегать, сохраняя равновесие, изменяя направление, темп бега в соответствии с указаниями воспитателя, может ползать на четвереньках, лазать по лесенке - стремянке, катать мяч в заданном направлении, бросать его двумя руками, бросать его вверх 2-3 раза подряд и ловить; проявляет положительные эмоции при физической активности, в самостоятельной двигательной деятельности, доброжелательность, дружелюбие по отношению к окружающим</p>					<p><b>Физическое развитие:</b> закреплять умение ходить, сохраняя перекрестную координацию движений рук и ног, в колонне по одному, по кругу, в рассыпную, с перешагиванием через препятствия; бросать мяч вверх, вниз, об пол (землю), ловить его; лазать по шведской стенке, развивать самостоятельность и творчество при выполнении физических упражнений, в подвижных играх активность; формировать желание вести здоровый образ жизни.</p> <p><b>Социально-коммуникативное развитие:</b> развивать активность</p>
<b>Вводная часть</b>	Ходьба и бег парами, бег змейкой, на носках в чередовании с ходьбой, с изменением направления движения, высоко поднимая колени; широким шагом, с перекатом с пятки на носок, на низких четвереньках спиной вперед				
<b>ОРУ</b>	На больших мячах	С мячами	С палками	С малым мячом	
<b>Основные виды движений</b>	1. Ходьба по гимнастической скамейке на носках 2. Прыжки в длину с разбега). 3. Метание малого мяча.	1. Ходьба и ползание по гимнастической скамейке, с заданием. 2. Перебрасывание мяча друг другу от груди. 3. Прыжки на двух	1. Ходьба по шнуру (боком) руки на поясе. 2. Лазание по гимнастической стенке 3. Прокатывание мяча	1 Прыжки из обруча в обруч. 2. Ходьба по наклонной доске 3. Ползание в туннеле 4. Метание мешочков вдаль	
	4. Ходьба по лесенке, положенной на пол	ногах с продвижением вперед	в ворота		
<b>Подвижные игры</b>	«Светофор и автомобили»	«Мыши в кладовой»	«Поймай комара»	«У медведя во бору»	детей в двигательной деятельности, организовывать игры со всеми детьми, развивать умение детей общаться спокойно, без крика; развивать диалогическую форму речи;
<b>Малоподвижные игры</b>	Дых/упр «Надуем шарик»	«Угадай кто позвал»	«Релаксация», «В лесу»	Дых/упр «Пчелки»	



## Средняя группа

Сентябрь

Содержание непосредственной образовательной деятельности					Интеграция образовательных областей
Темы, этапы занятия	1-я неделя	2-я неделя	3-я неделя	4-я неделя	
<p><b>Планируемые результаты:</b> владеет основными видами движений и выполняет команды «вперёд, назад, вверх, вниз», умеет строиться в колонну по одному и ориентироваться в пространстве; владеет умением прокатывать мяч в прямом направлении; самостоятельно выполняет гигиенические процедуры, соблюдает правила поведения при их выполнении; знает и соблюдает правила безопасности при проведении занятий в спортивном зале и на улице</p>					<p><b>Физическое развитие:</b> формировать гигиенические навыки: умываться и мыть руки после физических упражнений и игр.</p> <p><b>Социально-коммуникативное развитие:</b> формировать навыки безопасного поведения при выполнении бега, прыжков, подбрасывании мяча, проведении подвижной игры; учить самостоятельно, переодеваться на физкультурные занятия, убирать свою одежду. <b>Познавательное развитие:</b> формировать навык ориентировки в пространстве при перестроениях, смене направления движения</p>
<b>Вводная часть</b>	Ходьба в колонне по одному, высоко поднимая колени, с остановкой на сигнал «Стоп»; бег в колонне, врассыпную с высоким подниманием коленей, перестроение в три звена				
<b>ОРУ</b>	Без предметов	С флажками	С мячом	С обручем	
<b>Основные виды движений</b>	1. Ходьба и бег между двумя параллельными линиями. 2. Прыжки на двух ногах с поворотом вправо и влево (вокруг обруча). 3. Прыжки на двух ногах с продвижением вперед до ориентира 4. Подлезание под дугу, поточно 2 колоннами.	1. Подпрыгивание на месте на двух ногах «Достань до предмета». 2. Прокатывание мячей друг другу, стоя на коленях. 3. Повтор подпрыгивания. 4. Ползание на четвереньках с подлезанием под дугу	1. Прокатывание мячей друг другу двумя руками, исходное положение - стоя на коленях. 2. Подлезание под шнур, не касаясь руками пола. 3. Подбрасывание мяча вверх и ловля двумя руками. 4. Прыжки на двух ногах между кеглями	1. Подлезание под шнур, не касаясь руками пола. 2. Ходьба по ребристой доске, положенной на пол, руки на поясе. 3. Ходьба по скамейке перешагивая через препятствия. 4. Игровое упражнение с прыжками на месте на двух ногах	
<b>Подвижные игры</b>	«Найди себе пару»	«Пробеги тихо»	«Огуречик, огуречик»	«Подарки»	
<b>Малоподвижные игры</b>	«Гуси идут купаться». Ходьба в колонне по одному	«Карлики и великаны»	«Повторяй за мной». Ходьба с заданиями	«Пойдём в гости»	

Октябрь

Содержание непосредственной образовательной деятельности					Интеграция образовательных областей
Темы, этапы занятия	1-я неделя	2-я неделя	3-я неделя	4-я неделя	
<b>Планируемые результаты:</b> знает о пользе утренней зарядки и зарядки после сна; ориентируется в пространстве при изменении направления движения, при ходьбе и беге между предметами; умеет выполнять дыхательные упражнения при ходьбе на повышенной опоре; выразительно и пластично выполняет движения игры «Мыши за котом» и танцевальные движения игры «Чудо-остров»					<b>Физическое развитие:</b> рассказывать о пользе утренней гимнастики и гимнастики после сна, приучать детей к ежедневному выполнению комплексов упражнений гимнастики.  <b>Социально-коммуникативное развитие:</b> обсуждать пользу утренней гимнастики в детском саду и дома, поощрять высказывания детей; учить готовить инвентарь перед началом проведения занятий и игр  <b>Познавательное развитие:</b> развивать глазомер и ритмичность шага при перешагивании через бруски.
<b>Вводная часть</b>	Ходьба и бег в колонне с изменением направления; бег между предметами; ходьба с перешагиванием через бруски; ходьба враспынную, на сигнал - построение в шеренгу; с перешагиванием через шнуры, на пятках				
<b>ОРУ</b>	Без предметов	Со скакалками	С кубиками	С султанчиками	
<b>Основные виды движений</b>	1. Ходьба по гимнастической скамейке, на середине - присесть. 2. Прыжки на двух ногах до предмета. 3. Ходьба по гимнастической скамейке с мешочком на голове. 4. Прыжки на двух ногах до ориентира	1. Прыжки на двух ногах из обруча в обруч. 2. Прокатывание мяча друг другу, исходное положение - стоя на коленях. 3. Прокатывание мяча по мостику двумя руками перед собой	1. Подбрасывание мяча вверх двумя руками. 2. Подлезание под дуги. 3. Ходьба по доске (ширина - 15см) с перешагиванием через кубики. 4. Прыжки на двух ногах с продвижением	1. Подлезание под шнур (40см) с мячом в руках, не касаясь руками пола. 2. Прокатывание мяча по дорожке. 3. Ходьба по скамейке с перешагиванием через кубики. 4. Игровое задание «Кто быстрее»	
<b>Подвижные игры</b>	«Кот и мыши»	«Цветные автомобили»	«Совушка», «Огуречик»	«Мы - весёлые ребята», «Карусель»	
<b>Малоподвижные игры</b>	«Мыши за котом». Ходьба в колонне за «котом»	«Чудо-остров», Танцевальные движения	«Найди и промолчи»	«Прогулка в лес». Ходьба в колонне по одному	

Ноябрь

Содержание непосредственной образовательной деятельности					Интеграция разделов образовательных областей
Темы, этапы занятия	1-я неделя	2-я неделя	3-я неделя	4-я неделя	
<p><b>Планируемые результаты:</b> знает о пользе закаливания и проявляет интерес к выполнению закаливающих процедур; соблюдает правила безопасности при выполнении прыжков на двух ногах с продвижением вперед и через препятствия, владеет техникой перебрасывания мяча с учётом правил безопасности; знает значение и выполняет команды «вперёд, назад, кругом» при ходьбе на повышенной опоре; умеет соблюдать правила игры и меняться ролями в процессе игры</p>					<p><b>Физическое развитие:</b> рассказывать о пользе закаливания, приучать детей к обтиранию прохладной водой.</p> <p><b>Социально-коммуникативное развитие:</b> обсуждать пользу закаливания, поощрять речевую активность; формировать навыки безопасного поведения во время проведения закаливающих процедур, перебрасывания мяча друг другу разными способами. <b>Познавательное развитие:</b> учить двигаться в заданном направлении по сигналу: вперед - назад, вверх-вниз</p>
<b>Вводная часть</b>	Ходьба и бег по кругу, бег между предметами, на носках в чередовании с ходьбой, с изменением направления движения, высоко поднимая колени; бег враспынную, с остановкой на сигнал				
<b>ОРУ</b>	Без предметов	Со скакалками	С кубиками	С султанчиками	
<b>Основные виды движений</b>	<p>1. Прыжки на двух ногах через шнуры. 2. Перебрасывание мячей двумя руками снизу (расстояние 1,5м). 3. Прыжки на двух ногах, с продвижением вперед, перепрыгивая через шнуры. 4. Перебрасывание мячей друг другу двумя руками</p>	<p>1. Ходьба по гимнастической скамейке с заданиями. 2. Ползание по гимнастической скамейке на животе, подтягиваясь руками, хват с боков. 3. Прыжки на двух ногах до кубика (расстояние 3м)</p>	<p>1. Ходьба по шнуру (прямо), приставляя пятку одной ноги к носку другой, руки на поясе. 2. Прыжки через бруски (взмах рук). 3. Ходьба по шнуру (по кругу). 4. Прыжки через бруски. 5. Прокатывание мяча между предметами, поставленными в одну линию</p>	<p>1. Ходьба по гимнастической скамейке с мешочком на голове, руки на поясе. 2. Перебрасывание мяча вверх и ловля его двумя руками. 3. П/и «Переправься через болото», «Ножки» 4. Игровое задание «Сбей кеглю»</p>	
<b>Подвижные игры</b>	«Самолёты», «Быстрее к своему флажку»	«Цветные автомобили»	«Лиса в курятнике»	«У ребят порядок...»	
<b>Малоподвижные игры</b>	«Угадай по голосу»	«На параде». Ходьба в колонне по одному	«Найдём цыплёнка», «Найди, где спрятано»	«Альпинисты». Ходьба вверх и вниз («в гору и с горы»)	

Содержание непосредственной образовательной деятельности					Интеграция образовательных областей
Темы, этапы занятия	1-я неделя	2-я неделя	3-я неделя	4-я неделя	
<b>Планируемые результаты:</b> умеет задерживать дыхание во время выполнения ходьбы и бега на повышенной опоре; соблюдает технику безопасности при выполнении прыжков со скамейки и из обруча в обруч; проявляет инициативу в оказании помощи взрослым и детям					<p><b>Физическое развитие:</b> рассказывать о пользе дыхательных упражнений</p> <p><b>Социально-коммуникативное развитие:</b> обсуждать с детьми виды дыхательных упражнений и технику их выполнения; учить технике безопасного выполнения прыжков со скамейки и бега на повышенной опоре; формировать навык ролевого поведения при проведении игр и умение объединяться в игре со сверстниками</p> <p><b>Познавательное развитие:</b> развивать глазомер и ритмичность шага.</p>
<b>Вводная часть</b>	Ходьба и бег в колонне по одному, перестроение в пары на месте, в три звена, между предметами (поставленными враспынную), по гимнастической скамейке. Ходьба с поворотами на углах, со сменой ведущего. Бег враспынную с нахождением своего места в колонне				
<b>ОРУ</b>	Без предметов	С малым мячом	С кубиками	С султанчиками	
<b>Основные виды движений</b>	1. Прыжки со скамейки (20см). 2. Прокатывание мячей между набивными мячами.	1. Перебрасывание мячей друг другу двумя руками снизу. 2. Ползание на четвереньках по	1. Ползание по наклонной доске на четвереньках, хват с боков (вверх, вниз). 2. Ходьба по	1. Ходьба по гимнастической скамейке (на середине сделать поворот кругом).	
	3. Прыжки со скамейки (25см). 4. Прокатывание мячей между предметами. 5. Ходьба и бег по ограниченной площади опоры (20см)	гимнастической скамейке. 3. Ходьба с перешагиванием через 5 - 6 набивных мячей 4. Спрыгивание с гимнастической скамейки на мат	скамейке, руки на поясе. 3. Ходьба по гимнастической скамейке, на середине присесть, хлопок руками, встать и пройти дальше. 4. Прыжки на двух ногах из обруча в обруч	2. Перепрыгивание через кубики на двух ногах. 3. Ходьба с перешагиванием через рейки лестницы высотой 25см от пола. 4. Перебрасывание мяча друг другу стоя в шеренгах	
<b>Подвижные игры</b>	«Трамвай», «Карусели»	«Поезд»	«Птичка в гнезде», «Птенчики»	«Котята и щенята»	
<b>Малоподвижные игры</b>	Дых/упр: «Катаемся на лыжах».	«Тише, мыши...». Ходьба обычным шагом и на носках	«Прогулка в лес». Ходьба в колонне по одному	«Не боюсь»	

Содержание непосредственной образовательной деятельности					Интеграция образовательных областей
Темы, этапы занятия	1-я неделя	2-я неделя	3-я неделя	4-я неделя	
<p><b>Планируемые результаты:</b> владеет умением передвигаться между предметами и сравнивать их по размеру; умеет ориентироваться в пространстве во время ходьбы и бега со сменой ведущего и в разных направлениях; знает понятие «дистанция» и умеет её соблюдать; владеет навыком самомассажа, умеет рассказать о пользе ходьбы по ребристой поверхности босиком; выполняет танцевальные движения с учётом характера музыки, проявляет интерес к участию в музыкальных играх</p>					<p><b>Физическое развитие:</b> рассказывать о пользе массажа стопы, учить детей ходить босиком по ребристой поверхности.</p> <p><b>Социально-коммуникативное развитие:</b> обсуждать пользу массажа и самомассажа различных частей тела, формировать словарь; учить правильно подбирать предметы для сюжетно-ролевых и подвижных игр; формировать умение владеть способом ролевого поведения в игре и считаться с интересами товарищей.</p> <p><b>Познавательное развитие:</b> формировать умение двигаться в заданном направлении, используя систему отсчёта.</p> <p><b>Художественно-эстетическое развитие:</b> учить выполнять движения, отвечающие характеру музыки</p>
Вводная часть	Ходьба в колонне по одному, между предметами на носках. Бег между предметами, враспынную с нахождением своего места в колонне, с остановкой по сигналу; со сменой ведущего, с выполнением заданий				
ОРУ	С мячом	С веревкой	С обручем	Без предметов	
Основные виды движений	<p>1. Отбивание мяча одной рукой о пол (4–5 раз), ловля двумя руками.</p> <p>2. Прыжки на двух ногах (ноги врозь, ноги вместе) вдоль каната поточно.</p> <p>3. Ходьба на носках между кеглями, поставленными в один ряд.</p> <p>4. Перебрасывание мячей друг другу (руки внизу)</p>	<p>1. Отбивание мяча о пол (10–12 раз) фронтально по подгруппам.</p> <p>2. Ползание по гимнастической скамейке на ладонях и ступнях (2–3 раза).</p> <p>3. Прыжки на двух ногах вдоль шнура, перепрыгивая через него слева и справа (2–3 раза)</p>	<p>1. Подлезание под шнур боком, не касаясь руками пола.</p> <p>2. Ходьба между предметами, высоко поднимая колени.</p> <p>3. Ходьба по гимнастической скамейке, на середине – присесть, встать и пройти дальше, спрыгнуть.</p> <p>4. Прыжки в высоту с места «Достань до предмета»</p>	<p>1. Ходьба по гимнастической скамейке, на середине сделать поворот кругом.</p> <p>2. Перешагивание через кубики.</p> <p>3. Ходьба с перешагиванием через рейки лестницы</p> <p>4. Перебрасывание мячей друг другу, стоя в шеренгах (руки внизу)</p>	
Подвижные игры	«Найди себе пару»	«Самолёты»	«Цветные автомобили»	«Котята и щенята»	

Февраль

Содержание непосредственной образовательной деятельности					Интеграция образовательных областей
Темы, этапы занятия	1-я неделя	2-я неделя	3-я неделя	4-я неделя	
<p><b>Планируемые результаты:</b> умеет соблюдать правила безопасности во время ходьбы и бега с изменением направления, по наклонной доске, перепрыгивая через шнуры; умеет проявлять инициативу в подготовке и уборке места проведения занятий и игр; умеет считаться с интересами товарищей и соблюдать правила подвижной или спортивной игры</p>					<p><b>Физическое развитие:</b> _____ учить прикрывать рот платком при кашле и обращаться к взрослым при заболевании.</p> <p><b>Социально-коммуникативное развитие:</b> формировать навык оценки поведения своего и сверстников во время проведения игр; учить самостоятельно готовить и убирать место проведения занятий и игр.</p> <p><b>Познавательное развитие:</b> учить определять положение предметов в пространстве по отношению к себе: впередисади, вверху-внизу</p>
<b>Вводная часть</b>	Ходьба в колонне по одному, с выполнением заданий, на носках, на пятках, по кругу, взявшись за руки. Ходьба и бег между мячами. Бег враспышную с остановкой, перестроение в звенья				
<b>ОРУ</b>	Без предметов	С мячом	С гантелями	Без предметов	
<b>Основные виды движений</b>	<p>1. Прыжки на двух ногах из обруча в обруч.</p> <p>2. Прокатывание мяча между предметами.</p> <p>3. Прыжки через короткие шнуры (6–8 шт.).</p> <p>4. Ходьба по скамейке на носках (бег со спрыгиванием на мат)</p>	<p>1. Перебрасывать мяч друг другу.</p> <p>2. Метание мешочков в вертикальную цель правой и левой руками (5–6 раз).</p> <p>3. Ползание по гимнастической скамейке на ладонях, коленях.</p> <p>4. Прыжки на двух ногах</p>	<p>1. Ползание по наклонной доске на четвереньках.</p> <p>2. Ходьба с перешагивание через набивные мячи.</p> <p>3. Ходьба с перешагиванием через рейки лестницы (высота 25см).</p> <p>4. Прыжки на правой и левой ноге до ориентира (2м)</p>	<p>1. Ходьба и бег по наклонной доске.</p> <p>2. Игровое задание «Перепрыгни через ручеек».</p> <p>3. Игровое задание «Пробеги по мостику».</p> <p>4. Прыжки на двух ногах из обруча в обруч</p>	
<b>Подвижные игры</b>	«У медведя во бору»	«Воробышки и автомобиль»	«Перелёт птиц»	«Кролики в огороде»	
<b>Малоподвижные игры</b>	«Считай до трёх». Ходьба с прыжком на счёт «три»	«По тропинке в лес». Ходьба в колонне по одному	«Ножки мёрзнут». Ходьба, с заданием	«Найди и промолчи»	

Содержание непосредственной образовательной деятельности					Интеграция образовательных областей
Темы, этапы занятия	1-я неделя	2-я неделя	3-я неделя	4-я неделя	
<p><b>Планируемые результаты:</b> соблюдает правила безопасности при выполнении прыжков в длину с места; умеет прокатывать мяч по заданию педагога: «далеко, близко, вперед, назад», планировать последовательность действий и распределять роли в игре «Охотники и зайцы»</p>					<p><b>Физическое развитие:</b> формировать навык оказания первой помощи при травме; учить соблюдать правила безопасности при выполнении прыжков в длину с места и через кубики, ходьбы и бега по наклонной доске.</p> <p><b>Социально-коммуникативное развитие:</b> Поощрять речевую активность детей в процессе двигательной активности, при обсуждении правил игры.</p> <p><b>Познавательное развитие:</b> рассказывать о пользе здорового образа жизни, расширять кругозор</p>
<b>Вводная часть</b>	Ходьба в колонне по одному; на носках, пятках, подскоком, враспынную. Ходьба и бег парами «Лошадки» (по кругу); с выполнением заданий по сигналу; перестроение в колонну по три				
<b>ОРУ</b>	С обручем	С малым мячом	С флажками	С лентами	
<b>Основные виды движений</b>	1. Прыжки в длину с места (фронтально). 2. Перебрасывание мяча через шнур двумя руками из-за головы (расстояние до шнура 2м) и ловля после отскока (парами). 3. Прокатывание мяча друг другу (сидя, ноги врозь) 4. Ходьба по гимнастической скамейке, с заданиями.	1. Прокатывание мяча между кеглями, поставленными в один ряд (1м). 2. Ползание по гимнастической скамейке на животе, подтягиваясь двумя руками. 3. Прокатывание мячей между предметами. 4. Ползание по гимнастической скамейке на ладонях и коленях с мешочками на спине	1. Лазание по наклонной лестнице, закрепленной за вторую рейку. 2. Ходьба по гимнастической скамейке на носках, руки в стороны. 3. Перешагивание через шнуры (6–8), положенные в одну линию. 4. Лазание по гимнастической стенке с продвижением. вправо, спуск вниз.	1. Ходьба и бег по наклонной доске. 2. Перешагивание через набивные мячи. 3. Ходьба по гимнастической скамейке боком, приставным шагом, руки на поясе, на середине доски перешагивать через набивной мяч. 4. Прыжки на двух ногах через кубики	
<b>Подвижные игры</b>	«Бездомный заяц»	«Подарки»	«Охотники и зайцы»	«Наседка и цыплята»	
<b>Малоподвижные игры</b>	«Замри». Ходьба в колонне с остановкой по команде	«Эхо»	«Найди зайца»	«Возьми флажок»	

Апрель

Содержание непосредственной образовательной деятельности					Интеграция образовательных областей
Темы, этапы занятия	1-я неделя	2-я неделя	3-я неделя	4-я неделя	
<p><b>Планируемые результаты:</b> соблюдает правила безопасности во время метания мешочка и знает значение понятий «дальше, ближе»; умеет соблюдать дистанцию при построении и движении на площадке, выполняет команды «направо, налево, кругом»; умеет выполнять упражнения ритмической гимнастики под счёт и определённое количество раз</p>					<p><b>Физическое развитие:</b> рассказывать о пользе дыхательных упражнений; учить правилам безопасности при метании предметов</p>
<b>Вводная часть</b>	<p>Ходьба и бег: по кругу, взявшись за руки; врассыпную, с изменением направления; с остановкой по сигналу с заданием; с перестроением в три звена, перестроением в пары; врассыпную между предметами, не задевая их</p>				<p>разными способами в цель.  <b>Художественно-эстетическое развитие:</b> вводить элементы ритмической гимнастики; учить запоминать комплекс упражнений ритмической гимнастики; учить детей воспроизводить движения в творческой форме, развивать воображение</p>
<b>ОРУ</b>	Без предметов	С мячом	С косичкой	Без предметов	
<b>Основные виды движений</b>	<p>1. Прыжки в длину с места (фронтально).                  2. Метание мешочков в горизонтальную цель (3–4 раза) поточно.                  3. Метание мячей в вертикальную цель.                  4. Отбивание мяча о пол одной рукой несколько раз</p>	<p>1. Метание мешочков на дальность.                  2. Ползание по гимнастической скамейке на ладонях и коленях.                  3. Прыжки на двух ногах до флажка между предметами, поставленными в один ряд</p>	<p>1. Ходьба по гимнастической скамейке с перешагиванием через кубики.                  2. Прыжки на двух ногах из обруча в обруч.                  3. Ходьба по гимнастической скамейке с заданиями</p>	<p>1. Ходьба по наклонной доске (ширина 15см, высота 35см).                  2. Прыжки в длину с места.                  3. Перебрасывание мячей друг другу.                  4. Прокатывание мяча вокруг кегли двумя руками</p>	
<b>Подвижные игры</b>	«Совушка»	«Воробышки и автомобиль»	«Птички и кошки»	«Котята и щенята»	
<b>Малоподвижные игры</b>	«Журавли летят». Ходьба в колонне по одному с дых/упр	«Стоп»	«Угадай по голосу»	«Весёлые лягушата». Танц/упр в сочетании с упр. ритм.гимн.	

Май

Содержание непосредственной образовательной деятельности					Интеграция образовательных областей
Темы, этапы занятия	1-я неделя	2-я неделя	3-я неделя	4-я неделя	
<p><b>Планируемые результаты:</b> владеет навыками лазания по гимнастической стенке, соблюдает правила безопасности при спуске; умеет метать предметы разными способами правой и левой рукой; владеет навыком самостоятельного счёта (до 5) прыжков через скамейку; через скакалку; планирует действия команды в игре «Удочка», соблюдает правила игры и умеет договариваться с товарищами по команде</p>					<p><b>Физическое развитие:</b> учить технике звукового дыхания во время выполнения ходьбы; учить соблюдать правила безопасности во время лазания</p>
<b>Вводная часть</b>	Ходьба и бег: со сменой ведущего; между предметами; с высоко поднятыми коленями; в полу-приседе; бег «Лошадка»				<p>по гимнастической стенке разными способами.</p> <p><b>Социально-коммуникативное развитие:</b> формировать умение договариваться об условиях игры, объяснить правила игры ; формировать навык ролевого поведения, учить выступать в роли капитана команды.</p>
<b>ОРУ</b>	С кубиками	С обручем	С гимнастической палкой	Без предметов	
<b>Основные виды движений</b>	<p>1. Прыжки через скакалку на двух ногах на месте.</p> <p>2. Перебрасывание мяча двумя руками Снизу в шеренгах (2–3 м).</p> <p>3. Метание правой и левой рукой на дальность</p>	<p>1. Метание в вертикальную цель правой и левой рукой. 2. Ползание на животе по гимнастической скамейке, хват с боков.</p> <p>3. Прыжки через скакалку.</p> <p>4. Подвижная игра «Удочка»</p>	<p>1. Ходьба по гимнастической скамейке на носках, руки за головой, на середине присесть и пройти дальше.</p> <p>2. Прыжки на двух ногах между предметами.</p> <p>3.Лазание по гимнастической стенке.</p>	<p>1. Прыжки на двух ногах через шнуры. 2. Ходьба по гимнастической скамейке боком приставным шагом. 3. Игровое задание «Один – двое».</p> <p>4. Перебрасывание мячей друг другу – двумя руками снизу, ловля после отскока</p>	
<b>Подвижные игры</b>	«Котята и щенята»	«Зайцы и волк»	«Подарки»	«У медведя во бору»	
<b>Малоподвижные игры</b>	«Узнай по голосу»	«Колпачок и палочка»	«Ворота»	«Найти Мишу»	

# Старшая группа

Сентябрь

Содержание непосредственной образовательной деятельности					Интеграция образовательных областей
Темы, этапы занятия	1-я неделя	2-я неделя	3-я неделя	4-я неделя	
<b>Планируемые результаты:</b> владеет соответствующими возрасту основными движениями (ходьба, бег ползание, прыжки, бросание, метание); самостоятельно и при небольшой помощи взрослого выполняет гигиенические процедуры (моет руки прохладной водой после окончания физических упражнений и игр; аккуратно одевается и раздевается, соблюдает порядок в своем шкафу); проявляет активность при участии в подвижных играх «Мышеловка» и «У кого мяч», выполнении простейших танцевальных движений во время ритмической гимнастики; выражает положительные эмоции (радость, удовольствие) при выполнении упражнений ритмической гимнастики под музыку					<b>Физическое развитие:</b> проводить комплекс закаливающих процедур (воздушные ванны); формировать гигиенические навыки: приучать детей к мытью рук прохладной водой после окончания физ.упр. и игр; аккуратно одеваться и раздеваться; соблюдать порядок в своем шкафу <b>Социально-коммуникативное развитие:</b> побуждать детей к самооценке и оценке действий; формировать навыки безопасного поведения при выполнении бега, прыжков, подбрасывании мяча, проведении подвижной игры; поощрять речевую активность детей в процессе двигательной активности, обсуждать пользу соблюдения режима; убирать спортивный инвентарь при проведении физ. упр <b>Познавательное развитие:</b> формировать навык ориентировки в пространстве при перестроениях, смене направления движения
<b>Вводная часть</b>	Ходьба в колонне по одному, высоко поднимая колени, на носках, пятках, с остановкой на сигнал «Стоп»; бег в колонне, врассыпную с высоким подниманием коленей, бег до 1 мин перестроение в три колонны				
<b>ОРУ</b>	Без предметов	С флажками	С мячом	С обручем	
<b>Основные виды движений</b>	1. Ходьба с перешагиванием через препятствия 2. Прыжки на двух ногах, между предметами. 3. Перебрасывание мячей, стоя в шеренгах, после удара мяча об пол подбрасывать вверх двумя руками. 4. Бег в среднем темпе в чередовании с ходьбой	1. Подпрыгивание на месте на двух ногах «Достань до предмета». 2. Подбрасывание мяча вверх и ловля после хлопка 3. Ползание на четвереньках по гимнастической скамейке. 4. Ходьба по канату боком приставным шагом 5. Перебрасывание мяча друг другу.	1. Подлезание в обруч в группировке, боком, прямо 2. Перешагивание через препятствия с мешочком на голове 3. Ходьба с мешочком на голове. 4. Прыжки на двух ногах между кеглями с мешочком между колен. 5. Ходьба «Пингвин»	1. Подлезание под шнур, не касаясь руками пола. 2. Ходьба по ребристой доске, положенной на пол, руки на поясе. 3. Ходьба по скамейке, перешагивая через препятствия. 4. Игровое упражнение с прыжками на месте на двух ногах	
<b>Подвижные игры</b>	«Мышонок»	«Удочка»	«Мы веселые ребята»	«Ловишки с ленточками»	
<b>Малоподвижные игры</b>	«У кого мяч».	«Гуси идут домой» Ходьба в колонне по одному	Ходьба с выполнением заданий дых/упр	«Подойди не слышно»	

Содержание непосредственной образовательной деятельности					Интеграция образовательных областей
Темы, этапы занятия	1-я неделя	2-я неделя	3-я неделя	4-я неделя	
<p><b>Планируемые результаты развития:</b> владеет соответствующими возрасту основными движениями (ходьба, бег, ползание, прыжки, метание); самостоятельно и при небольшой помощи выполняет гигиенические и закаливающие процедуры; аккуратно одеваться и раздеваться; соблюдает порядок в своем шкафу); проявляет активность при участии в п/и, выполнении простейших танцевальных движений во время ритмической гимнастики; выражает положительные эмоции (радость, удовольствие) при выполнении упражнений ритмической гимнастики под музыку.</p>					<p><b>Физическое развитие:</b> проводить комплекс закаливающих процедур; расширять представление о важных компонентах ЗОЖ (движение, солнце, воздух).</p> <p><b>Социально-коммуникативное развитие:</b> создать педагогическую ситуацию, при которой дети могут проявить свои нравственные качества (отзывчивость, дружелюбие); обсуждать пользу проведения ежедневной утренней гимнастики, зависимость здоровья от правильного питания; учить следить за чистотой спортивного инвентаря</p> <p><b>Познавательное развитие:</b> развивать восприятие предметов по форме, цвету, величине, расположению в пространстве во время ходьбы с перешагиванием через препятствия.</p> <p><b>Художественно-эстетическое развитие:</b> вводить элементы ритмической гимнастик; проводить игры и упражнения под музыку</p>
Вводная часть	Перестроение в колонне по одному и по два, ходьба и бег враспынную, бег до 1 мин. С перешагиванием через препятствия; по сигналу поворот в другую сторону, ходьба на носках, пятках, в чередовании, на внешних сторонах стопы.				
ОРУ	Без предметов	С малым мячом	С большим мячом	С султанчиками	
Основные виды движений	<p>1. Прыжки, спрыгивание со скамейки на полусогнутые ноги.</p> <p>2. Переползание через препятствие</p> <p>3. Метание в горизонтальную цель правой и левой рукой.</p> <p>4. Подлезание под препятствие прямо и боком</p> <p>5. Прыжки «Классики»</p>	<p>1. Ходьба по скамейке приставным шагом, перешагивая через препятствие.</p> <p>2. Прыжки на двух ногах через шнуры, прямо, боком</p> <p>3. Броски мяча двумя руками от груди, передача друг другу.</p> <p>4. Ходьба по гимнастической скамейке, с заданиями.</p>	<p>1. Пролезание через три обруча (прямо, боком).</p> <p>2. Прыжки на двух ногах через препятствие (высота 20 см), прямо, боком.</p> <p>3. Перелезание с преодолением препятствия.</p> <p>4. Профилактика плоскостопия: П/и с парашютом</p>	<p>1. Ходьба по скамейке на носках в руках веревочка</p> <p>2. Прыжки через предметы, чередуя на двух ногах, на одной ноге, продвигаясь вперед</p> <p>3. Перебрасывание мяча друг другу, в движении.</p> <p>4. Ползание по гимнастической скамейке с различными заданиями</p>	
Подвижные игры	«Удочка»	«Перелет птиц»	«Гуси-гуси»	«Мы – весёлые ребята»,	
Малоподвижные игры	«Эхо»	«Чудо-остров».	«Найди и промолчи»	«Летает-не летает».	

Ноябрь

Содержание непосредственной образовательной деятельности					Интеграция образовательных областей
Темы, этапы занятия	1-я неделя	2-я неделя	3-я неделя	4-я неделя	
<p><b>Планируемые результаты:</b> владеет соответствующими возрасту основными движениями (пролезание через обручи, прыжки на 2х ногах через препятствие, перелезание с преодолением препятствия); самостоятельно и при небольшой помощи взрослого выполняет гигиенические процедуры (моет руки прохладной водой после окончания физических упражнений и игр; аккуратно одеваться и раздеваться; соблюдает порядок в своем шкафу); проявляет активность при участии в п/и, выполнении простейших танцевальных движений во время ритмической гимн.; выражает положительные эмоции (радость, удовольствие), слушая поэтические и музыкальные произведения, сопровождающие выполнение упражнений ритмической гимнастики и П/и.</p>					<p><b>Физическое развитие:</b> рассказывать о пользе закаливания, приучать детей к обтиранию прохладной водой.</p> <p><b>Социально-коммуникативное развитие:</b> побуждать детей к самооценке и оценке действий и поведения сверстников во время проведения игр; обсуждать пользу закаливания, поощрять речевую активность; следить за опрятностью своей физкультурной формы и прически, убирать физкультурный инвентарь и оборудование</p> <p><b>Познавательное развитие:</b> ориентироваться в окружающем пространстве, понимать смысл пространственных отношений (влево-вправо, вверх-вниз)</p>
<b>Вводная часть</b>	Ходьба и бег по кругу, бег между предметами, на носках в чередовании с ходьбой, с изменением направления движения, высоко поднимая колени; бег врассыпную, с остановкой на сигнал				
<b>ОРУ</b>	Без предметов	С обручем	С кубиками	Парами с палкой	
<b>Основные виды движений</b>	1. Ползание по гимнастической скамейке на животе, подтягивание двумя руками 2. Ведение мяча с продвижением вперед 3. Ползание на четвереньках, подталкивая головой набивной мяч 4. Бег по наклонной доске	1. Подпрыгивание на двух ногах «Достань до предмета» 2. Подбрасывание мяча вверх и ловля после хлопка 3. Ползание по гимнастической скамейке 4. Ходьба по канату боком приставным шагом 5. Перебрасывание мяча друг другу	1. Подлезание под шнур боком, прямо не касаясь руками пола 2. Ходьба с мешочком на голове по гимнастической скамейке. 3. Прыжки с места на мат., прыжки на одной ноге между предметами 4. Забрасывание мяча в баскетбольное кольцо	1. Ходьба по гимнастической скамейке, бросая мяч справа и слева от себя и ловля двумя руками 2. Спрыгивание со скамейки на мат. 3. Ползание до флажка прокатывая мяч впереди себя 4. Лазание по гимнастической стенке	
<b>Подвижные игры</b>	«Не оставайся на полу»	«Удочка»	«Медведи и пчелы»	«Эстафета парами»	
<b>Малоподвижные игры</b>	«Угадай по голосу»	«Затейники»	«Найди, где спрятано»	«Две ладошки». (музыкальная)	

Содержание непосредственной образовательной деятельности					Интеграция образовательных областей
Темы, этапы занятия	1-я неделя	2-я неделя	3-я неделя	4-я неделя	
<b>Планируемые результаты:</b> умеет задерживать дыхание, соблюдает технику безопасности при выполнении прыжков со скамейки и из обруча в обруч; проявляет инициативу в оказании помощи взрослым и детям					<b>Физическое развитие:</b> рассказывать о пользе дыхательных упражнений <b>Социально-коммуникативное развитие:</b> формировать навык ролевого поведения при проведении игр и умение объединяться в игре со сверстниками; обсуждать с детьми виды дыхательных упражнений и технику их выполнения; учить технике безопасного выполнения прыжков со скамейки и бега на повышенной опоре; следить за опрятностью своей физкультурной формы и прически, убирать физкультурный инвентарь и оборудование
<b>Вводная часть</b>	Ходьба и бег между предметами, построение в шеренгу, проверка осанки, по кругу с поворотом в другую сторону, ходьба в полуприседе, широким шагом, бег с выбрасыванием прямых ног вперед и забрасывании ног назад. Дыхательные упражнения				
<b>ОРУ</b>	Без предметов	С мячом	С обручами	С султанчиками	
<b>Основные виды движений</b>	1. Спрыгивание со скамейки на мат	1. Перебрасывание мячей друг другу	1. Лазание по гимнастической стенке	1. Ходьба по гимнастической скамейке с заданием	
	2. Ходьба по наклонной доске, закрепленной на гимнастической стенке 3. Перешагивание через препятствие 4. Прокатывание мячей между предметами. 5. Ходьба и бег по ограниченной площади опоры	2. Ползание по гимнастической скамейке на животе, подтягиваясь двумя руками. 3. Ходьба с перешагиванием через 5–6 набивных мячей 4. Лазание по гимнастической стенке	2. Метание мешочков вдаль. 3. Ходьба по гимнастической скамейке, на середине присесть, хлопок руками, встать и пройти дальше. 4. Прыжки на двух ногах из обруча в обруч	2. Прыжки с разбега на мат 3. Метание мешочка на дальность 4. Ползание на четвереньках с заданием 5. Прыжки на двух ногах через «резиночку»	
<b>Подвижные игры</b>	«Кто скорее до флажка»	«Охотники и зайцы»	«Хитрая лиса»	«Эстафета с рюкзачком»	
<b>Малоподвижные игры</b>	«Сделай фигуру».	«Летает - не летает».	«Найди и промолчи»	«Подарки»	

Январь

Содержание непосредственной образовательной деятельности					Интеграция образовательных областей
Темы, этапы занятия	1-я неделя	2-я неделя	3-я неделя	4-я неделя	
<p><b>Планируемые результаты:</b> владеет умением передвигаться между предметами и сравнивать их по размеру; умеет ориентироваться в пространстве во время ходьбы и бега со сменой ведущего и в разных направлениях; знает понятие «дистанция» и умеет её соблюдать; владеет навыком самомассажа, умеет рассказать о пользе ходьбы по ребристой поверхности босиком; выполняет танцевальные движения с учётом характера музыки, проявляет интерес к участию в музыкальных играх</p>					<p><b>Физическое развитие:</b> рассказывать о пользе массажа стопы, учить детей ходить босиком по ребристой поверхности.</p> <p><b>Социально-коммуникативное развитие:</b> обсуждать пользу массажа и самомассажа различных частей тела, формировать словарь; учить правильно подбирать предметы для сюжетно-ролевых и подвижных игр; формировать умение владеть способом ролевого поведения в игре и считаться с интересами товарищей.</p> <p><b>Познавательное развитие:</b> формировать умение двигаться в заданном направлении, используя систему отсчёта.</p> <p><b>Художественно-эстетическое развитие:</b> учить выполнять движения, отвечающие характеру музыки</p>
<b>Вводная часть</b>	Ходьба и бег между предметами на носках, пятках, врассыпную с нахождением своего места в колонне, с остановкой по сигналу; по кругу держась за шнур, с выполнением заданий, челночный бег				
<b>ОРУ</b>	С мячом	С палкой	С обручем	С султанчиками	
<b>Основные виды движений</b>	1. Ходьба по наклонной доске(40см). 2. Прыжки на правой и левой ногах между кубиками. 3. Попади в обруч 4. Ходьба по гимна. Скамейке с перебрасыванием малого мяча из одной руки в другую	1. Ходьба с перешагиванием, с мешочком на голове. 2. Ползание по гимнастической скамейке спиной вперед – ноги на вису 3. Прыжки в длину с места 4. Метание в цель	1. Подлезание под шнур боком, не касаясь руками пола. 2. Ходьба между предметами, высоко поднимая колени, по гимнастической скамейке. 3. Прыжки в высоту с места «Достань до предмета» 4. Метание вдаль	1. Ходьба по гимнастической скамейке с заданиями 2. Прыжки в длину с места. 3. Метание мяча в вертикальную цель 4. Пролезание в обруч правым и левым боком	
<b>Подвижные игры</b>	«Ловишка с мячом»	«Мышеловка»	«Ловля обезьян»	«Мы веселые ребята»	
<b>Малоподвижные игры</b>	«Ножки отдыхают». Массаж стоп мячами ежиками	«Зимушка-зима». Танцевальные движения	«Затейники»	«Найди и промолчи»	

Февраль

Содержание непосредственной образовательной деятельности					Интеграция образовательных областей
Темы, этапы занятия	1-я неделя	2-я неделя	3-я неделя	4-я неделя	
<p><b>Планируемые результаты:</b> знает о пользе закаливания и проявляет интерес к выполнению закаливающих процедур; соблюдает правила безопасности при выполнении прыжков на двух ногах с продвижением вперёд и через препятствия, владеет техникой перебрасывания мяча с учётом правил безопасности; знает значение и выполняет команды «вперёд, назад, кругом» при ходьбе на повышенной опоре; умеет соблюдать правила игры и меняться ролями в процессе игры</p>					<p><b>Физическое развитие:</b> рассказывать о пользе закаливания, приучать детей к обтиранию прохладной водой.</p> <p><b>Социально-коммуникативное развитие:</b> побуждать детей к самооценке и оценке действий и поведения сверстников во время игр; обсуждать пользу закаливания, поощрять речевую активность; формировать навыки безопасного поведения во время проведения закаливающих процедур, перебрасывания мяча друг другу разными способами; учить правильно, подбирать предметы для сюжетно-ролевых и подвижных игр <b>Познавательное развитие:</b> учить двигаться в заданном направлении по сигналу: вперёд - назад, вверх-вниз</p>
Вводная часть	Ходьба по диагонали, змейкой, бег в колонне по одному, на носках в чередовании с ходьбой, с изменением направления движения, бег боком (правое - левое плечо вперед), перестроение в круг и три колонны, бег до 2 мин., ходьба с выполнением заданий				
ОРУ	Без предметов	Со скакалками	С палками парами	С султанчиками	
Основные виды движений	<p>1. Ходьба по скамейке раскладывая и собирая мелкие кубики</p> <p>2. Прыжки через скакалку (неподвижную).</p> <p>3. Прокатывание мяча между кеглями</p> <p>4. Ползание попластунски</p>	<p>1. Ходьба по гимнастической скамейке, с препятствием.</p> <p>2. Ползание по гимнастической скамейке на животе, подтягиваясь руками, хват с боков.</p> <p>3. Прыжки на двух ногах до ориентира</p>	<p>1. Ходьба по наклонной доске, спуск по лесенке</p> <p>2. Прыжки через бруски правым боком</p> <p>3. Забрасывание мяча в баскетбольное кольцо</p> <p>4 Ходьба по гимнастической стенке спиной к ней</p>	<p>1. Ходьба по гимнастической скамейке с мешочком на голове.</p> <p>2. Перебрасывание мяча друг другу.</p> <p>3. Прыжки через скамейку</p> <p>4. Лазание по гимнастической стенке</p>	
Подвижные игры	«Пустое место»	«Охотники и зайцы»	«Лиса в курятнике»	«Кто быстрее» эстафета с мячом «Хоп»	
Малоподвижные игры	«Зима»	«На параде». Ходьба в колонне по одному	«Найди и промолчи»,	«Стоп»	

Содержание непосредственной образовательной деятельности					Интеграция образовательных областей
Темы, этапы занятия	1-я неделя	2-я неделя	3-я неделя	4-я неделя	
<p><b>Планируемые результаты:</b> знает о пользе закаливания и проявляет интерес к выполнению закаливающих процедур; соблюдает правила безопасности при выполнении прыжков на двух ногах с продвижением вперед и через препятствия, владеет техникой перебрасывания мяча с учётом правил безопасности; знает значение и выполняет команды «вперед, назад, кругом» при ходьбе на повышенной опоре; умеет соблюдать правила игры и меняться ролями в процессе игры</p>					<p><b>Физическое развитие:</b> рассказывать о пользе закаливания, приучать детей к обтиранию прохладной водой.</p> <p><b>Социально-коммуникативное развитие:</b> создать педагогическую ситуацию, при которой дети могут проявить свои нравственные качества (доброту, отзывчивость, терпение, дружелюбие); обсуждать пользу закаливания, поощрять речевую активность; формировать навыки безопасного поведения во время проведения закаливающих процедур, перебрасывания мяча друг другу разными способами; учить правильно подбирать предметы для сюжетно-ролевых и подвижных игр</p> <p><b>Познавательное развитие:</b> учить двигаться в заданном направлении по сигналу: вперед - назад, вверх - вниз</p>
<b>Вводная часть</b>	Перестроение в колонне по одному и по 2, ходьба и бег в рассыпную, бег до 1 мин. с перешагиванием через бруски; по сигналу поворот в другую сторону, ходьба на носках, пятках, в чередовании, на внешних сторонах стопы				
<b>ОРУ</b>	Без предметов	Со скакалками	С обручем	С султанчиками	
<b>Основные виды движений</b>	<p>1. Ходьба по канату боком, приставным шагом с мешочком на голове</p> <p>2. Перебрасывание мячей двумя руками с отскоком от пола</p> <p>3. Прыжки из обруча в обруч</p> <p>4. Ползание попластунски до ориентира</p>	<p>1. Ходьба по гимнастической скамейке с заданием</p> <p>2. Метание мешочков в цель правой и левой рукой.</p> <p>3. Пролезание в обручи</p>	<p>1. Ходьба по ограниченной поверхности боком, с хлопками перед собой</p> <p>2. Перебрасывание мяча из левой в правую руку с отскоком от пола</p> <p>3. Прыжки через «резиночку».</p> <p>4. Подлезание под дугу</p>	<p>1. Ходьба по гимнастической скамейке приставным шагом</p> <p>2. Метание в горизонтальную цель</p> <p>3. Прыжки со скамейки на мат</p> <p>4. Лазание по гимнастической стенке</p>	
<b>Подвижные игры</b>	«Горелки»	«Пожарные на учении»	«Хитрая лиса»	«Караси и щука»	
<b>Малоподвижные игры</b>	«Мяч ведущему»	«Море волнуется»	«Подойди не слышно»	«Затейники»	

Содержание непосредственной образовательной деятельности					Интеграция образовательных областей
Темы, этапы занятия	1-я неделя	2-я неделя	3-я неделя	4-я неделя	
<p><b>Планируемые результаты:</b> знает о пользе закаливания и проявляет интерес к выполнению закаливающих процедур; соблюдает правила безопасности при выполнении прыжков на двух ногах с продвижением вперед и через препятствия, владеет техникой перебрасывания мяча с учётом правил безопасности; знает значение и выполняет команды «вперед, назад, кругом» при ходьбе на повышенной опоре; умеет соблюдать правила игры и меняться ролями в процессе игры</p>					<p><b>Физическое развитие:</b> рассказывать о пользе закаливания, приучать детей к обтиранию прохладной водой.</p> <p><b>Социально-коммуникативное развитие:</b> создать педагогическую ситуацию, при которой дети могут проявить свои нравственные качества (доброту, отзывчивость, терпение, дружелюбие); обсуждать пользу закаливания, поощрять речевую активность; формировать навыки безопасного поведения во время проведения закаливающих процедур, перебрасывания мяча друг другу разными способами.</p> <p><b>Познавательное развитие:</b> учить двигаться в заданном направлении по сигналу: вперед - назад, вверх-вниз</p>
<b>Вводная часть</b>	Ходьба на счет четыре, на носках, правым боком, спиной вперед, левым боком, бег на носках пронося прямые ноги через стороны; по сигналу притоп, бег змейкой по диагонали, повороты направо, налево				
<b>ОРУ</b>	Без предметов	С обручем	С кубиками	С султанчиками	
<b>Основные виды движений</b>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Ходьба по гимнастической скамейке с заданием</li> <li>2. Прыжки из обруча в обруч.</li> <li>3. Метание в вертикальную цель правой и левой рукой</li> <li>4. Вис на гимнастической стенке</li> </ol>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Ходьба по ограниченной опоре с перебрасыванием малого мяча перед собой</li> <li>2. Пролезание в обруч боком</li> <li>3. Отбивание мяча одной рукой</li> <li>4. Прыжки в высоту</li> </ol>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Ходьба по поверхности спиной вперед</li> <li>2. Прыжки через скакалку</li> <li>3. Метание мешочка с песком</li> <li>4. Ползание по туннелю.</li> <li>5. Прокатывание обручей друг другу</li> </ol>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Ходьба по гимнастической скамейке с мешочком на голове.</li> <li>2. Перебрасывание мяча за спиной и ловля его двумя руками.</li> <li>3. Лазанье по гимнастической стенке</li> <li>4. Прыжки через длинную скакалку</li> </ol>	
<b>Подвижные игры</b>	«Медведи и пчелы»	«Удочка»	«Горелки»	«Ловишка с ленточками»	
<b>Малоподвижные игры</b>	«Стоп»	«Найди и промолчи»	«Парашют»	«Кто ушел»	

Содержание непосредственной образовательной деятельности					Интеграция образовательных областей
Темы, этапы занятия	1-я неделя	2-я неделя	3-я неделя	4-я неделя	
<p><b>Планируемые результаты:</b> знает о пользе закаливания и проявляет интерес к выполнению закаливающих процедур; соблюдает правила безопасности при выполнении прыжков на двух ногах с продвижением вперед и через препятствия, владеет техникой перебрасывания мяча с учётом правил безопасности; знает значение и выполняет команды «вперёд, назад, кругом» при ходьбе на повышенной опоре; умеет соблюдать правила игры и меняться ролями в процессе игры</p>					<p><b>Физическое развитие:</b> рассказывать о пользе закаливания, приучать детей к обтиранию прохладной водой.</p> <p><b>Социально-коммуникативное развитие:</b> создать педагогическую ситуацию, при которой дети могут проявить свои нравственные качества (доброту, отзывчивость, терпение, дружелюбие); обсуждать пользу закаливания, поощрять речевую активность; формировать навыки безопасного поведения во время проведения закаливающих процедур, перебрасывания мяча друг другу разными способами.</p> <p><b>Познавательное развитие:</b> учить двигаться в заданном направлении по сигналу: вперед - назад, вверх-вниз</p>
<b>Вводная часть</b>	Ходьба и бег парами, бег змейкой, на носках в чередовании с ходьбой, с изменением направления движения, высоко поднимая колени; широким шагом, с перекатом с пятки на носок, на низких четвереньках спиной вперед				
<b>ОРУ</b>	Без предметов	Со скакалками	С палками	С обручами	
<b>Основные виды движений</b>	<p>1. Ходьба по гимнастической скамейке с мешочком на голове.</p> <p>2. Прыжки в длину с разбега.</p> <p>3. Метание набивного мяча.</p> <p>4. Лазание по гимнастической стенке</p>	<p>1. Ходьба по гимнастической скамейке, перешагивая через препятствия.</p> <p>2. Ползание по гимнастической скамейке на животе, подтягиваясь руками.</p> <p>3. Перебрасывание мяча друг другу в движении.</p>	<p>1. Ходьба по шнуру (прямо), приставляя пятку одной ноги к носку другой.</p> <p>2. Прыжки через бруски.</p> <p>3. Отбивание мяча между предметами, поставленными в одну линию</p> <p>4. Прыжки «Классики»</p>	<p>1. Ходьба по гимнастической скамейке ударяя мячом о пол и ловля двумя руками.</p> <p>2. Лазание по гимнастической стенке</p> <p>3. Перепрыгивание через скамейку с продвижением вперед</p>	
<b>Подвижные игры</b>	«Быстрые и меткие»	«Парашют»	«Вышибалы»	«Эстафета парами»	
<b>Малоподвижные игры</b>	«Найди и промолчи»	«Море волнуется»	«Релаксация», «В лесу»	«Тише едешь - дальше будешь»	



# Подготовительная к школе группа

Сентябрь

Содержание непосредственной образовательной деятельности					Интеграция образовательных областей
Темы, этапы занятия	1-я неделя	2-я неделя	3-я неделя	4-я неделя	
<p><b>Планируемые результаты:</b> ходьба и бег в колонне по 1-му с соблюдением дистанции и фиксированием поворотов, с различным положением рук, сохраняют равновесие на повышенной опоре, ходьба по скамейке прямо с мешочком на голове; правильно выполняют все виды основных движений; прыгают на 2х ногах из обруча в обруч, перебрасывают мяч друг другу.: 2-мя руками снизу, из-за головы 3м.; самостоятельны в организации собственной оптимальной двигательной деятельности сверстников, в том числе п/и, уверенно анализируют их</p>					<p><b>Физическое развитие:</b> проводить комплекс закаливающих процедур (воздушные ванны); формировать гигиенические навыки: приучать детей к мытью рук прохладной водой после окончания физ.упр. и игр;  <b>Социально-коммуникативное развитие:</b> переживают состояние эмоционального комфорта от собственной двигательной деятельности и своих сверстников, её, успешных результатов, сочувствуют спортивным поражениям и радуются спортивным победам; формировать навыки безопасного поведения при выполнении бега, прыжков, подбрасывании мяча, проведении подвижной игры; поощрять речевую активность детей в процессе двигательной активности, обсуждать пользу соблюдения режима дня  <b>Познавательное развитие:</b> формировать навык ориентировки в пространстве при перестроениях, смене направления движения</p>
<b>Вводная часть</b>	Построение в колонну по одному, расчет на первый второй, перестроение из одной в две колонны, ходьба на носках, пятках, с разным положением рук, бег в колонне, на носках, бег с выбрасыванием прямых ног вперед и забрасыванием их назад, челночный бег, с высоким подниманием колен.				
<b>ОРУ</b>	С малым мячом	На гимнастических скамейках	С палками	С обручем	

<b>Основные виды движений</b>	1. Ходьба по гимнастической скамейке с перешагиванием (боком приставным шагом). 2. Прыжки с места на мат ( через набивные мячи) 3.Перебрасывание мячей, стоя в шеренгах, двумя руками снизу, ( из-за головы) 4. Ползание на животе по гимнастической скамейке	1.Прыжки с поворотом «кругом» , доставанием до предмета. 2. Метание в горизонтальную цель, в вертикальную цель 3Пролезаниев обруч разноименными способами, пол шнур 4. Ходьба по гимнастической скамейке с перекаtywанием перед собой мяча двумя руками, с мешочком на голове	1. Лазание по гимнастической стенке с изменением темпа 2. Перебрасывание мяча через сетку 3. Ходьба по гимнастической скамейке, с приседанием на одной ноге другой махом вперед, сбоку скамейки 4. Прыжки через скакалку с вращением перед собой.	1. Ползание по гимнастической скамейке на животе с подтягиванием руками 2.Ходьба по наклонной доске и спуск по гимн стенке 3.Прыжки с места вдаль 4. Перебрасывание мяча из одной руки в другую 5. Упражнение «крокодил»
<b>Подвижные игры</b>	«Совушка»	«Перемени предмет»	«Ловишка, бери ленту»	«Горелки»
<b>Малоподвижные игры</b>	«Найди и промолчи».	«Дует, дует ветерок»	Ходьба с заданием дых/упр	«Подойди не слышно»

Октябрь

Содержание непосредственной образовательной деятельности					Интеграция образовательных областей
Темы, этапы занятия	1-я неделя	2-я неделя	3-я неделя	4-я неделя	
<p><b>Планируемые результат:</b> владеет соответствующими возрасту основными движениями (ходьба, бег, ползание, прыжки, бросание, метание); самостоятельно и при небольшой помощи выполняет гигиенические и закаливающие процедуры; аккуратно одеваться и раздеваться; соблюдает порядок в своем шкафу); проявляет активность при участии в п/и, выполнении простейших танцевальных движений во время ритмической гимн.; выражает положительные эмоции (радость, удовольствие) при выполнении упражнений .ритмической гимнастики под музыку.</p>					<p><b>Физическое развитие:</b> проводить комплекс закаливающих процедур; расширять представление о важных компонентах ЗОЖ (движение, солнце, воздух).  <b>Социально-коммуникативное развитие:</b> создать педагогическую ситуацию, при которой дети могут проявить свои нравственные качества (доброту, отзывчивость, терпение, дружелюбие); обсуждать пользу проведения ежедневной утренней гимнастики, зависимость здоровья от правильного питания; учить следить за чистотой спортивного инвентаря  <b>Познавательное развитие:</b> развивать восприятие предметов по форме, цвету, величине, расположению в пространстве во время ходьбы с перешагиванием через препятствия, мячи.  <b>Художественно-эстетическое развитие:</b> продолжать вводить элементы ритмической гимнастики; проводить игры и упражнения под музыку</p>
<b>Вводная часть</b>	Перестроение в колонне по одному и по 2, ходьба и бег враспынную, бег до 1 мин.; перешагивает через препятствия; по сигналу поворот в другую сторону, ходьба на носках, пятках, в чередовании, на внешних сторонах стопы.				
<b>ОРУ</b>	С малым мячом	Без предметов	С веревочкой	С султанчиками	
<b>Основные виды движений</b>	<p>1. Спрыгивание со скамейки на мат.                  2. Ходьба по скамейке с высоким подниманием ноги и хлопок под ней                  3.Метание в горизонтальную цель правой и левой рукой.                  4. Ползание на четвереньках, подлезание прямо и боком</p>	<p>1. Ходьба по скамейке приставным шагом, перешагивая через препятствия                  2. Прыжки на двух ногах с мешочком зажатым между ног                  3.Броски мяча двумя руками от груди, передача друг другу.                  4.Лазание по шведской стенке.</p>	<p>1. Пролезание через три обруча (прямо, боком).                  2. Прыжки на двух ногах через препятствие, прямо, боком..                  3. Игра с парашютом                  4. Ходьба по скамейке, на середине поворот.</p>	<p>1.Ходьба по узкой скамейке                  2..Прыжки через веревочку на одной ноге, продвигаясь вперед                  3.Перебрасывание мяча друг другу в движении                  4. Ползание по гимнастической скамейке с заданиями</p>	
<b>Подвижные игры</b>	«Удочка»	«Жмурки»	«Гуси-гуси»	«Мы – весёлые ребята»,	
<b>Малоподвижные игры</b>	«Съедобное – несъедобное»	«Чудо-остров». Танц/движения	«Найди и промолчи»	«Летает-не летает».	

Содержание непосредственной образовательной деятельности					Интеграция образовательных областей
Темы, этапы					
занятия	1-я неделя	2-я неделя	3-я неделя	4-я неделя	
<p><b>Планируемые результаты:</b> владеет соответствующими возрасту основными движениями (пролезание через обруч, прыжки на 2-х ногах через препятствие, перелезание с преодолением препятствия); самостоятельно и при небольшой помощи взрослого выполняет гигиенические процедуры (моет руки прохладной водой после окончания физических упражнений и игр; аккуратно одеваться и раздеваться; соблюдает порядок в своем шкафу); проявляет активность при участии в П/и, выполнении простейших танцевальных движений во время ритмической гимнастики; выражает положительные эмоции (радость, удовольствие), слушая поэтические и музыкальные произведения, сопровождающие выполнением упражнений ритмической гимнастики и П/и.</p>					<p><b>Физическое развитие:</b> рассказывать о пользе закаливания, приучать детей к обтиранию прохладной водой.</p> <p><b>Социально-коммуникативное развитие:</b> побуждать детей к самооценке и оценке действий и поведения сверстников во время проведения игр; обсуждать пользу закаливания, поощрять речевую активность; формировать навыки безопасного поведения во время ползания на четвереньках и по гимнастической скамейке, перестроения в шеренгу, колонну, бега врассыпную; следить за опрятностью своей физической формы и прически, убирать физкультурный инвентарь и оборудование</p> <p><b>Познавательное развитие:</b> ориентироваться в окружающем пространстве, понимать смысл пространственных отношений (влево-вправо, вверх-вниз)</p>
Вводная часть	Построение в колонну, перестроение в круг, в две, в три колонны, повороты вправо, влево, ходьба и бег по кругу, бег змейкой, на носках в чередовании с ходьбой, с изменением направления движения, высоко поднимая колени; бег врассыпную, с остановкой на сигнал				
ОРУ	Со скакалкой	С обручем	Без предметов	Парами с палкой	
Основные	1. Прыжки через скамейку	1. Подпрыгивание на двух ногах «Достань до предмета» 2. Подбрасывание мяча вверх и ловля после хлопка с кружением вокруг себя	1. Подлезание под шнур боком, прямо не касаясь руками пола 2. Ходьба с мешочком на голове по гимнастической скамейке, руки на поясе	1. Ходьба по гимнастической скамейке, бросая мяч справа и слева от себя и ловля двумя руками 2. Спрыгивание со скамейки на мат.	
виды движений	3. Ползание на четвереньках, подталкивая головой мяч 4. Ходьба по канату боком приставным шагом, руки на поясе мешочек на голове	3. Ползание по гимнастической скамейке на ладонях и коленях, предплечьях и коленях 4. Бег по наклонной доске	3. Прыжки с места на мат, 4. Забрасывание мяча в баскетбольное кольцо	3. Ползание до флажка прокатывая мяч впереди себя 4. Лазание по гимнастической стенке разноименным способом	
Подвижные игры	«Быстро возьми, быстро положи»	«Удочка»	«Кто скорее до ориентира докатит обруч»	«Эстафета парами»	
Малоподвижные игры	«Самомассаж» Ног мячами ежиками	«Затейники»	«Найди, где спрятано»	«Две ладошки»	

Декабрь

Содержание непосредственной образовательной деятельности					Интеграция образовательных областей
Темы, этапы занятия	1-я неделя	2-я неделя	3-я неделя	4-я неделя	
<b>Планируемые результаты:</b> владеет техникой выполнения дыхательных упражнений и самостоятельно их выполняет; умеет задерживать дыхание во время выполнения ходьбы и бега на повышенной опоре; соблюдает технику безопасности при выполнении прыжков со скамейки и из обруча в обруч; проявляет инициативу в оказании помощи взрослым и детям					<b>Физическое развитие:</b> рассказывать о пользе дыхательных упражнений. <b>Социально-коммуникативное развитие:</b> обсуждать с детьми виды дыхательных упражнений и технику их выполнения; учить технике безопасного выполнения прыжков со скамейки и бега на повышенной опоре; следить за опрятностью своей физической формы и прически, убирать физкультурный инвентарь и оборудование
<b>Вводная часть</b>	Построение в колонну, перестроение в круг, в две, в три колонны, повороты вправо, влево, ходьба и бег по кругу, бег змейкой, по диагонали, на носках, пятках, в чередовании с				
	ходьбой, с изменением направления движения, высоко поднимая колени. Дыхательные упражнения				
<b>ОРУ</b>	Без предметов	С мячом	С обручами	С султанчиками	
<b>Основные виды движений</b>	1. Прыжки из глубокого приседа 2. Ходьба по гимнастической скамейке с приседанием 3. Метание набивного мяча вдаль 4. Ползание по гимнастической скамейке спиной вперед 5. Прыжки на двух ногах через шнур (две ноги по бокам - одна нога в середине)	1. Перебрасывание мячей друг другу двумя руками вверх и ловля после хлопка. 2. Ползание по гимнастической скамейке на животе, подтягиваясь двумя руками. 3. Ходьба с перешагиванием через 5-6 набивных мячей 4. Лазание по гимнастической стенке с переходом на другой пролет	1. Лазание по шведской стенке 2. Метание мешочков правой и левой рукой. 3. Ходьба по гимнастической скамейке, на середине присесть, хлопок руками, встать и пройти дальше. 4. Прыжки на двух ногах из обруча в обруч	1. Ходьба по гимн скамейке с отбиванием мяча о пол 2. Прыжки с разбега на мат 3. Метание в цель 4. Ползание на четвереньках с прогибом спины внутрь (кошечка) и с мешочком на спине	
<b>Подвижные игры</b>	«Хитрая лиса»	«Охотники и зайцы»	«Пожарные на ученьях»	«Два мороза»	
<b>Малоподвижные игры</b>	«Фигуры».	«Тише-едешь, дальше-будешь».	«Найди и промолчи»	«Подарки»	

Январь

Содержание непосредственной образовательной деятельности					Интеграция образовательных областей
Темы, этапы занятия	1-я неделя	2-я неделя	3-я неделя	4-я неделя	
<p><b>Планируемые результаты:</b> владеет умением передвигаться между предметами и сравнивать их по размеру; умеет ориентироваться в пространстве во время ходьбы и бега; владеет соответствующими возрасту</p>					<p><b>Физическое развитие:</b> рассказывать о пользе массажа стопы, учить детей ходить</p>

<p>основными движениями (пролезание через обруч, прыжки на 2-х ногах через препятствие, перелезание с преодолением препятствия); самостоятельно и при небольшой помощи взрослого выполняет гигиенические процедуры (моет руки прохладной водой после окончания физических упражнений и игр; аккуратно одеваться и раздеваться; соблюдает порядок в своем шкафу); проявляет активность при участии в П/и.; выполняет танцевальные движения с учётом характера музыки, проявляет интерес к участию в музыкальных играх</p>					<p>босиком По ребристой поверхности. <b>Социально-коммуникативное развитие:</b> обсуждать пользу массажа и самомассажа различных частей тела, формировать словарь; учить правильно подбирать предметы для сюжетно-ролевых и подвижных игр; формировать умение владеть способом ролевого поведения в игре и считаться с интересами товарищей. <b>Познавательное развитие:</b></p>
<b>Вводная часть</b>	<p>Построение в колонну: перестроение в круг, в две, в три колонны, повороты вправо, влево, ходьба и бег по кругу, бег змейкой, по диагонали, на носках, пятках, в чередовании с ходьбой, с изменением направления движения, высоко поднимая колени с выполнением заданий, челночный бег</p>				
<b>ОРУ</b>	С палкой	С мячом	С гирями	С султанчиками под музыку	

<b>Основные виды движений</b>	1. Ходьба по наклонной доске(40см). 2. Прыжки в длину с места 3. Метание в обруч из положения, стоя на коленях (правой и левой) 4. Ходьба по гимнастической скамейке с перебрасыванием малого мяча из одной руки в другую	1. Ходьба с перешагиванием, с мешочком на голове. 2. Ползание по гимнастической скамейке спиной вперед - ноги на вису 3. Прыжки через веревочку (две ноги с боку - одна в середине) 4. Ведение мяча на ходу (баскетбольный вариант)	1. Подлезание под шнур боком, не касаясь руками пола. 2. Ходьба по узенькой рейке прямо и боком 3. Прыжки в высоту с места «Достань до предмета» 4. Перебрасывание мяча снизу друг другу 5. Кружение парами	1. Ходьба по гимнастической скамейке, на середине сделать поворот кругом и пройти дальше, спрыгнуть, с перешагиванием через рейки 2. Прыжки в длину с места. 3. Метание мяча в вертикальную цель 4. Пролезание в обруч правым и левым боком	формировать умение двигаться в заданном направлении, используя систему отсчёта. <b><u>Художественно-эстетическое развитие:</u></b> учить выполнять движения, отвечающие характеру музыки
<b>Подвижные игры</b>	«Ловишка с мячом»	«Догони свою пару»	«Ловля обезьян»	«Мы веселые ребята»	
<b>Малоподвижные игры</b>	«Ножки отдыхают».  Массаж стоп мячами ежиками	«Зимушка-зима».  Танцевальные движения	«Затейники»	«Две ладошки»  Музыкальная	

Содержание непосредственной образовательной деятельности					Интеграция образовательных областей
Темы, этапы занятия	1-я неделя	2-я неделя	3-я неделя	4-я неделя	
<p><b>Планируемые результаты:</b> знает о пользе закаливания и проявляет интерес к выполнению закаливающих процедур; соблюдает правила безопасности при выполнении прыжков на двух ногах с продвижением вперёд и через препятствия, владеет техникой перебрасывания мяча с учётом правил безопасности; знает значение и выполняет команды «вперёд, назад, кругом» при ходьбе на повышенной опоре; умеет соблюдать правила игры и меняться ролями в процессе игры</p>					<p><b>Физическое развитие:</b> рассказывать о пользе закаливания, приучать детей к обтиранию прохладной водой.</p> <p><b>Социально-коммуникативное развитие:</b> побуждать детей к самооценке и оценке действий и поведения сверстников во время игр; обсуждать пользу закаливания, поощрять речевую активность; формировать навыки безопасного поведения во время проведения закаливающих процедур, перебрасывания мяча друг другу разными способами; учить правильно подбирать предметы для сюжетно-ролевых и подвижных игр</p> <p><b>Познавательное развитие:</b> учить двигаться в заданном направлении по сигналу: вперёд - назад, вверх - вниз</p>
<b>Вводная часть</b>	Ходьба по диагонали, змейкой, бег в колонне по одному, на носках в чередовании с ходьбой, с изменением направления движения, бег боком (правое-левое плечо вперед), перестроение в круг и три колонны, бег до 2 мин., ходьба с выполнением заданий				
<b>ОРУ</b>	Без предметов	Со скакалками	С палками парами	С султанчиками под музыку	
<b>Основные виды движений</b>	<ol style="list-style-type: none"> <li>Ходьба по скамейке боком приставным шагом</li> <li>Прыжки в длину с разбега</li> <li>Отбивание мяча правой и левой рукой</li> <li>Ползание попластунски до обозначенного места</li> </ol>	<ol style="list-style-type: none"> <li>Ходьба по гимнастической скамейке, перешагивая через набивные мячи.</li> <li>Ползание по гимнастической скамейке на животе, подтягиваясь руками, хват с боков.</li> <li>Лазание по шведской стенке</li> <li>Прыжки в высоту</li> </ol>	<ol style="list-style-type: none"> <li>Ходьба по наклонной доске, спуск по лесенке</li> <li>Прыжки через бруски правым боком</li> <li>Забрасывание мяча в баскетбольное кольцо</li> <li>Ходьба по гимнастической стенке спиной к ней</li> <li>Перебрасывание набивных мячей</li> </ol>	<ol style="list-style-type: none"> <li>Ходьба по гимнастической скамейке с мешочком на голове.</li> <li>Отбивание мяча правой и левой рукой поочередно на месте и в движении</li> <li>Прыжки через скамейку</li> <li>Лазание по шведской стенке</li> </ol>	
<b>Подвижные игры</b>	«Ключи»	«Охотники и зайцы»	«Не оставайся на полу»	«Кто быстрее» эстафета футболем	
<b>Малоподвижные игры</b>	«Самомассаж» лица, шеи, рук	«Найди и промолчи»	«Море волнуется»	«Стоп»	

Март

Содержание непосредственной образовательной деятельности					Интеграция образовательных областей
Темы, этапы занятия	1-я неделя	2-я неделя	3-я неделя	4-я неделя	
<p><b>Планируемые результаты:</b> знает о пользе закаливания и проявляет интерес к выполнению закалывающих процедур; соблюдает правила безопасности при выполнении прыжков на двух ногах с продвижением вперёд и через препятствия, владеет техникой перебрасывания мяча с учётом правил безопасности; знает значение и выполняет команды «вперёд, назад, кругом» при ходьбе на повышенной опоре; умеет соблюдать правила игры и меняться ролями в процессе игры</p>					<p><b>Физическое развитие:</b> рассказывать о пользе закаливания, приучать детей к обтиранию прохладной водой.</p> <p><b>Социально-коммуникативное развитие:</b> создать педагогическую ситуацию, при которой дети могут проявить свои нравственные качества (доброту, отзывчивость, терпение, дружелюбие); обсуждать пользу закаливания, поощрять речевую активность; формировать навыки безопасного поведения во время проведения закалывающих процедур, перебрасывания мяча друг другу разными способами.</p> <p><b>Познавательное развитие:</b> учить двигаться в заданном направлении по сигналу: вперёд - назад, вверх - вниз</p>
<b>Вводная часть</b>	Перестроение в колонне по одному и по 2, ходьба и бег врассыпную, бег до 2 мин. С перешагиванием через бруски; по сигналу поворот в другую сторону, ходьба на носках, пятках, в чередовании, на внешних сторонах стопы				
<b>ОРУ</b>	Без предметов	Со скакалками	С обручем	С султанчиками под музыку	
<b>Основные виды движений</b>	<p>1. Ходьба по гимнастической скамейке с подниманием прямой ноги и хлопка под ней</p> <p>2. Метание в цель из разных исходных положений</p> <p>3. Прыжки из обруча в обруч</p> <p>4. Подлезание в обруч разными способами</p>	<p>1. Ходьба по гимнастической скамейке, перешагивая через кубики с хлопками над головой</p> <p>2. Перебрасывание мяча друг другу.</p> <p>3. Ведение мяча в движении</p> <p>4. Прыжки на одной ноге через шнур</p>	<p>1. Ходьба по узкой поверхности боком, с хлопками над головой</p> <p>2. Перебрасывание мяча из левой в правую руку с отскоком от пола</p> <p>3. Прыжки в длину</p> <p>4. Прыжки через шнур две ноги в середине одна.</p>	<p>1. Ходьба по гимнастической скамейке приставным шагом с хлопками за спиной</p> <p>2. Прыжки со скамейки на мат</p> <p>3. Лазание по шведской стенке</p> <p>4. Прыжки в высоту</p>	
<b>Подвижные игры</b>	«Горелки»	«Пожарные на учении»	«Бездомный заяц»	«Караси и щука»	
<b>Малоподвижные игры</b>	«Мяч ведущему»	«Море волнуется»	«Подойди не слышно»	«Самомассаж» лица, шеи, рук	

Содержание непосредственной образовательной деятельности					Интеграция образовательных областей
Темы, этапы занятия	1-я неделя	2-я неделя	3-я неделя	4-я неделя	
<p><b>Планируемые результаты:</b> знает о пользе закаливания и проявляет интерес к выполнению закаливающих процедур; соблюдает правила безопасности при выполнении прыжков на двух ногах с продвижением вперед и через препятствия, владеет техникой перебрасывания мяча с учётом правил безопасности; знает значение и выполняет команды «вперёд, назад, кругом» при ходьбе на повышенной опоре; умеет соблюдать правила игры и меняться ролями в процессе игры</p>					<p><b>Физическое развитие:</b> рассказывать о пользе закаливания, приучать детей к обтиранию прохладной водой.</p> <p><b>Социально-коммуникативное развитие:</b> создать педагогическую ситуацию, при которой дети могут проявить свои нравственные качества (доброту, отзывчивость, терпение, дружелюбие); обсуждать пользу закаливания, поощрять речевую активность; формировать навыки безопасного поведения во время проведения закаливающих процедур, перебрасывания мяча друг другу разными способами.</p> <p><b>Познавательное развитие:</b> учить двигаться в заданном направлении по сигналу: вперёд – назад, вверх - вниз</p>
<b>Вводная часть</b>	Ходьба на счет четыре, на носках, правым боком, спиной вперед, левым боком, бег на носках пронося прямые ноги через стороны; по сигналу притоп, бег змейкой по диагонали, повороты направо, налево				
<b>ОРУ</b>	Без предметов	С обручем	С кольцом	С мешочками	
<b>Основные виды движений</b>	1. Ходьба по гимнастической скамейке с подбрасыванием мяча перед собой 2. Прыжки на двух ногах вдоль шнура 3. Переброска мячей в шеренгах 4. Вис на	1. Ходьба по гимнастической скамейке боком с мешочком на голове 2. Пролезание в обруч боком 3. Отбивание мяча одной рукой между кеглями 4. Прыжки через	1. Ходьба по скамейке спиной вперед 2. Прыжки в длину с разбега 3. Метание вдаль набивного мяча 4. Прокатывание обручей друг другу	1. Ходьба по гимнастической скамейке с мешочком на голове 2. Перебрасывание мяча за спиной и ловля его двумя руками. 3. Лазание по шведской стенке	
	гимнастической стенке	короткую скакалку		4. Прыжки через длинную скакалку	
<b>Подвижные игры</b>	«Догони свою пару»	«Удочка»	«Мышеловка»	«Ловишка с ленточками»	
<b>Малоподвижные игры</b>	«Стоп»	«Найди и промолчи»	«Парашют»	«Кто ушел»	

Май

Содержание непосредственной образовательной деятельности					Интеграция образовательных областей
Темы, этапы занятия	1-я неделя	2-я неделя	3-я неделя	4-я неделя	
<b>Планируемые результаты:</b> знает о пользе закаливания и проявляет интерес к выполнению закаливающих процедур; соблюдает правила безопасности при выполнении прыжков на двух ногах с продвижением вперёд и через препятствия, владеет техникой перебрасывания мяча с учётом правил безопасности; знает значение и выполняет команды «вперёд, назад, кругом» при ходьбе на повышенной опоре; умеет соблюдать правила игры и меняться ролями в процессе игры					<b>Физическое развитие:</b> рассказывать о пользе закаливания, приучать детей к обтиранию прохладной водой. <b>Социально-коммуникативное развитие:</b> создать педагогическую ситуацию, при которой дети могут проявить свои нравственные качества (доброту, отзывчивость, терпение, дружелюбие); обсуждать пользу закаливания, поощрять речевую активность; формировать навыки безопасного поведения во время проведения закаливающих процедур, перебрасывания мяча друг другу разными способами. <b>Познавательное развитие:</b> учить двигаться в заданном направлении по сигналу: вперёд – назад, вверх-вниз
<b>Вводная часть</b>	Ходьба и бег парами, бег змейкой, на носках в чередовании с ходьбой, с изменением направления движения, высоко поднимая колени; широким шагом, с перекатом с пятки на носок, на низких четвереньках спиной вперед				
<b>ОРУ</b>	Без предметов	Со скакалками	С палками	С обручами	
<b>Основные виды движений</b>	1. Ходьба по гимнастической скамейке с мешочком на голове. 2. Прыжки в длину с разбега). 3. Метание набивного мяча. 4. Ходьба по гимнастической стенке спиной к ней	1. Ходьба по гимнастической скамейке, перешагивая через препятствия. 2. Ползание по гимнастической скамейке на животе, подтягиваясь руками. 3. Перебрасывание мяча друг другу во время ходьбы. 4. Прыжки через скакалку	1. Ходьба по шнуру (прямо), приставляя пятку одной ноги к носку другой, руки на поясе. 2. Лазание по гимнастической стенке брусками. 3. Прыжки через брусочки. 4. Отбивание мяча между предметами, поставленными в одну линию	1. Ходьба по гимнастической скамейке ударяя мячом о пол и ловля двумя руками. 2. Ползание по гимнастической скамейке на животе. 3. Перепрыгивание через скамейку с продвижением вперед 4. Лазание по гимнастической стенке	
<b>Подвижные игры</b>	«Быстрые и меткие»	«Парашют» (с бегом)	«Вышибалы»	«Эстафета парами»	
<b>Малоподвижные игры</b>	«Найди и промолчи»	«Море волнуется»	«Релаксация» «В лесу»	«Тише едешь – дальше будешь»	

### III. Организационный раздел

#### 3.1. Материально-технического обеспечения программы.

Подбор оборудования осуществляется с целью двигательной активизации ребенка и в наибольшей степени способствующих решению развивающих задач. Материально-техническое обеспечение учреждения соответствует нормативным требованиям. Имеется все необходимое спортивное оборудование. Технический уровень систем отопления, водоснабжения, температурный режим, размеры помещений соответствуют современным санитарно-гигиеническим нормам и правилам.

Спортивный зал является обязательным помещением для физического развития детей

. Для организации деятельности ДООУ имеется техническое средство обучения:

- магнитофон – 1 шт.

#### Перечень оборудования, учебно-методических и игровых материалов для организации педагогического процесса *(смотреть в паспорте физкультурного зала)*

#### 3.2. Обеспеченности методическими материалами и средствами обучения и воспитания

<b>Методические пособия</b>	«От рождения до школы» Примерная основная общеобразовательная Программа дошкольного образования/под ред. Н.Е.Вераксы, Т.С.Комаровой, М.А.Васильевой.
<b>Программы, технологии и пособия по образовательной области «Физическое развитие»</b>	Пензулаева Л.И. Физическая культура в детском саду: Младшая группа (3-4 года). Пензулаева Л.И. Физическая культура в детском саду: Средняя группа (4-5 лет). Пензулаева Л.И. Физическая культура в детском саду: Старшая группа (5-6 лет). Пензулаева Л.И. Физическая культура в детском саду: Подготовительная к школе группа (6-7 лет).

<p align="center"><b>Дополнительные к Программе, технологии и пособия по образовательной области «Физическое развитие»</b></p>	<p>Казаковцева Т.С. Программа по валеологии и физической культуре для образовательных учреждений «Здоровье с детства» - Киров, 1997г.(мониторинг)</p> <p>Безруких М.М., Филиппова Т.А., Макеева А.Г. Разговор о правильном питании.-М.: Олмапресс Инвест, 2003г</p> <p>Миняева С.А. Подвижные игры дома и на улице. От 2 до 14 лет/ - М.: Айрис-пресс, 2006. – 208 с.</p> <p>Коровкина О.И. Карточка авторских подвижных игр., 2013г.</p> <p>Коровкина О.И., Наговицына О.С. Карточка релаксационных и восстановительных упражнений., 2013г.</p> <p>Соколова Л.А. Комплексы сюжетных утренних гимнастик для дошкольников. – СПб.: ООО «ИЗДАТЕЛЬСТВО «ДЕТСТВО – ПРЕСС», 2013. – 80с.</p> <p>Соломенникова Н.М. Организация спортивного досуга дошкольников 4-7 лет/ О-64 – Волгоград: Учитель, 2015. – 135с.</p>
--	---

### 3.3. Режим дня

Режим работы учреждения пятидневный с 12-часовым пребыванием детей (с 07.30 до 19.30 ч). Выходные дни – суббота, воскресенье, нерабочие праздничные дни.

Режим организации жизнедеятельности Учреждения определен: в соответствии с функциональными возможностями детей разного возраста; на основе соблюдения баланса между разными видами активности детей; с учетом социального заказа родителей и нормативно-правовых требований к организации режима деятельности ДОО.

Режим дня в Учреждении соответствует возрастным особенностям детей и способствует их гармоничному развитию.

Организация пребывания детей в Учреждении предусматривает строгое выполнение режима. В ДОО организован питьевой режим, качество питьевой воды отвечает требованиям санитарных правил. Для детей организуется дневной сон продолжительностью не менее 3 часов. Для достижения оздоровительного эффекта детей в режиме дня предусматривается максимальное пребывание детей на свежем воздухе, соответствующая возрасту продолжительность сна и других видов отдыха. Для достижения достаточного объема двигательной активности детей в Учреждении используются все организованные формы занятий физическими упражнениями с широким включением подвижных игр, спортивных упражнений с элементами соревнований. Двигательная активность детей в организованных формах деятельности составляет не менее 50 % всего объема суточной двигательной активности. Работа с детьми осуществляется в совместной деятельности по закреплению представлений, умений и навыков, которые дети получили в течении учебного года, развитию творческих, физических, исследовательских способностей. Совместная деятельность взрослого с детьми деятельность в течении дня включает также посильный систематический труд дошкольников. Одним из важных элементов в режиме дня является самостоятельная двигательная деятельность детей.

### Планирование организованной образовательной деятельности по физической культуре

Вид деятельности	Младшая группа		Средняя группа		Старшая группа		Подготовительная к школе группа	
	Кол-во занятий в неделю	Время	Кол-во занятий в неделю	Время	Кол-во занятий в неделю	Время	Кол-во занятий в неделю	Время
Физкультура в зале	2	15 мин	2	20 мин	2	25 мин	2	30 мин
Физкультура на улице	1	15 мин	1	20 мин	1	25 мин	1	30 мин

#### 3.4. Особенности организации развивающей предметно-пространственной среды

Среда развития ребенка – пространство жизнедеятельности ребенка. Это те условия, в которых протекает его жизнь в дошкольном учреждении, в том числе социальная среда и предметно-пространственная среда. Предметно-пространственная среда развития – это организация пространства и использование оборудования и другого оснащения в соответствии с целями безопасности, психологического благополучия ребенка, его развития.

Развивающая образовательная среда учреждения строится в соответствии с ФГОС ДО. Является комфортной по отношению к воспитанникам и педагогическим работникам.

*При построении предметно-развивающей среды образовательного учреждения, помещений, групп, соблюдаются следующие принципы:* Информативности, предусматривающего разнообразие тематики материалов и оборудования и активности воспитанников во взаимодействии с предметным окружением;

- Вариативности, определяющейся видом дошкольного образовательного учреждения, содержанием воспитания, культурными и художественными традициями, климатогеографическими особенностями;
- Полифункциональности, предусматривающего обеспечение всех составляющих воспитательно-образовательного процесса и возможность разнообразного использования различных составляющих предметно-развивающей среды;
- Педагогической целесообразности, позволяющей предусмотреть необходимость и достаточность наполнения предметно-развивающей среды, а так же обеспечить возможность самовыражения воспитанников, индивидуальную комфортность и эмоциональное благополучие каждого ребенка;

*Предметно-развивающая среда по образовательной области «физическое развитие» в группах и в спортивном зале:*

«Физкультурный уголок» (в группах) - основное предназначение – расширение индивидуального двигательного опыта в самостоятельной деятельности.

- оборудование для ходьбы, бега.

- Равновесия;
- для прыжков;
- для катания, бросания, ловли;
- для подлезания и ловли;
- атрибуты к подвижным и спортивным играм;
- нетрадиционное физкультурное оборудование.

*Оборудование на спортивной площадке учреждения:*

- оборудование для ходьбы, равновесия;
- для подлезания и перешагивания; - для лазания и перелезания;
- для метания и прыжков.

**Перечень учебно-методической литературы  
по физическому воспитанию**

1. Физкультурные занятия в детском саду. Старшая группа. Л. И. Пензулаева. Издательство Мозаика-Синтез. Москва. 2010.
2. Физкультурные занятия в детском саду - подготовительная группа детского сада. Л. И. Пензулаева. Издательство Мозаика-Синтез. Москва. 2011.
3. Физкультурные занятия в детском саду. Средняя группа. Л. И. Пензулаева. Издательство Мозаика-Синтез. Москва. 2009.
4. Физкультурные занятия с детьми 3-4 лет. Л. И. Пензулаева. Издательство Мозаика-Синтез. Москва. 2009.
5. Тематические физкультурные занятия и праздники в дошкольном учреждении. А. П. Щербак. Гуманитарный издательский центр Владос. Москва. 2001.
6. Физкультурно-оздоровительная работа в дошкольном образовательном учреждении. И. М. Воротилкина. "Издательство НЦ ЭНАС". Москва. 2004.
7. Физкультурно-оздоровительная работа в ДОУ. Практическое пособие. О. Н. Моргунова. ТЦ "Учитель". Воронеж. 2005.
8. Спортивные праздники и развлечения. Сценарии. Старший дошкольный возраст. В. Я. Лысова, Т. С. Яковлева. М. Б. Зацепина, И. О. Воробьева. Издательство Арктик. Москва. 2000.
9. Выравнивание стартовых возможностей будущего первоклассника в структуре спортивно-оздоровительной работы (обучение детей 5-7 лет элементам спортивной игры в волейбол). Т. Г. Анисимова. Саранск. 2008.
10. Валдоня "Светлячок". Программа и методические рекомендации. Типография "Красный Октябрь". Саранск. 2001.
11. "Мы в Мордовии живем". Примерный региональный модуль программы дошкольного образования. 2012.
12. Программа воспитания и обучения в детском саду. Под редакцией М. А. Васильевой, В. В. Гербовой, Т. С. Комаровой. Москва-Синтез. 2006.