

Муниципальное дошкольное образовательное учреждение
«Детский сад №32 «Рябинка»

ПРИНЯТО
На педагогическом совете
Протокол № 1 от 10.03.2020

Утверждаю
ИО заведующего МДОУ «Детский сад № 32
«Рябинка»

О.Ф. Джабраилова
« 10.03.2020 год Присказ 126 - ОД



РАБОЧАЯ ПРОГРАММА
образовательной деятельности
на 2020-2023 учебный год

**Образовательная область «Физическое развитие»
для детей дошкольного возраста (3 – 7 лет)**

Составила:
инструктор по физической культуре
Чабан Евгения Витальевна

г. Вологда

2020 г.

Содержание	Стр
1. Целевой раздел	
1.1. Пояснительная записка	3
общие сведения об образовательном учреждении	4
цели и задачи реализации программы	5
принципы и подходы к формированию программы	5
возрастные и индивидуальные особенности детей 3-7 лет	7
1.2. Планируемые результаты освоения программы:	
целевые ориентиры образования	8
технология педагогической диагностики индивидуального развития детей	9
2. Содержательный раздел	
2.1. Содержание образовательной деятельности	10
2.2. Описание вариативных форм, способов, методов и средств реализации РП	27
особенности взаимодействия с семьями воспитанников	
3. Организационный раздел	
3.1. Описание материально – технического, информационно - методического обеспечения	29
3.2. Проектирование образовательного процесса:	
структура образовательного года	33
структура организации раздела «Физическая культура»	33
циклограмма деятельности инструктора по ФК	35
Приложения	37

1. Целевой раздел

1.1. Пояснительная записка

Рабочая программа по реализации образовательной области «Физическое развитие» (далее по тексту РП) в муниципальном дошкольном образовательном учреждении «Детский сад №32 «Рябинка» (далее МДОУ) является составным компонентом Образовательной программы МДОУ, характеризует систему организации образовательной деятельности педагогов, определяет ценностно-целевые ориентиры, образовательную модель и содержание образования детей 3 – 7 лет.

РП разработана на основе нормативно – правовых документов:

- Федеральный закон «Об образовании в Российской Федерации» от 29 декабря 2012 г., № 273-ФЗ;
- Санитарно-эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации режима работы дошкольных образовательных организаций (СанПиН 2.4.1.3049-13) - Постановление Главного государственного санитарного врача РФ от 15.05.2013 г. № 26 и др.
- Федеральный государственный образовательный стандарт дошкольного образования – Приказ Минобрнауки России от 17 октября 2013 г., № 1155;
- Комментарии Минобрнауки России к ФГОС дошкольного образования от 28.02.2014 г. № 08-249;
- Порядок организации и осуществления образовательной деятельности по основным общеобразовательным программам - образовательным программам дошкольного образования (Приказ Минобрнауки России от 30 августа 2013 г., № 1014);
- Профессиональный стандарт «Педагог (педагогическая деятельность в сфере дошкольного, начального общего, основного общего, среднего общего образования) (воспитатель, учитель)» (Приказ Минтруда России от 18 октября 2013 г., № 544н);
- Примерная основная образовательная программа дошкольного образования – одобрена решением федерального УМО по общему образованию, протокол № 2/15 от 20 мая 2015 г.;
- Закон РФ «Об основных гарантиях прав ребенка в РФ»;
- Конвенция о правах ребёнка ООН;
- Концепция долгосрочного социально-экономического развития РФ на период до 2020 года (распоряжение Правительства РФ от 17.11.2008 г. № 1662-р);
- Национальная образовательная инициатива «Наша новая школа» (утверждена Президентом РФ Д.А. Медведевым 04.02.2010 года);
- Устав МДОУ «Детский сад №32 «Рябинка»;
- Примерная общеобразовательная программа «От рождения до школы» / под ред. Н.Е. Вераксы и др.;
- Основная образовательная программа МДОУ.

Полноценное физическое развитие дошкольника – это прежде всего своевременное формирование двигательных навыков и умений; развитие интереса к различным, доступным ребенку видам движений; воспитание положительных нравственно-волевых черт характера личности; содействие в стимулировании деятельности сердечно-сосудистой и дыхательной систем, в формировании опорно-двигательного аппарата, как основу правильной осанки. Большое значение для развития дошкольника приобретают занятия физической культуры не только в зале, но и на улице, они являются одним из средств закаливания и профилактики заболеваний.

Общие сведения об образовательном учреждении

№ п/п	Показатели	Характеристика
1.	Дата основания:	3 декабря 1973 года
2.	Полное наименование в соответствии с уставом:	Муниципальное дошкольное образовательное учреждение «Детский сад №32 «Рябинка»
3.	Тип ОУ:	дошкольное образовательное учреждение
4.	Вид ОУ:	детский сад
5.	Категория:	третья
6.	Приоритетное направление:	- углубленная работа по экологическому воспитанию детей дошкольного возраста; - нравственно-патриотическое воспитание детей дошкольного возраста через ознакомление с малой Родиной.
7.	Юридический адрес:	160010, г. Вологда, ул. Кубинская, д. 11 А
8.	Телефон:	28-26-93
9.	E-mail:	dou32@vologda.edu.ru
10.	Адрес сайта:	www.d10117.edu35.ru
11.	Учредитель:	Управление образования администрации города Вологды
12.	Руководитель:	Джабраилова О.Ф.
13.	Характеристика микрорайона:	Детский сад расположен в микрорайоне Лукьяново во дворах улиц: Кубинская, Поповича. В окружении находятся: учреждения здравоохранения – филиал городской детской поликлиники № 1; образовательное учреждение – МОУ «Средняя общеобразовательная школа № 25», ветеранская организация, учреждение дополнительного образования детский клуб; учреждения сферы услуг – аптека, библиотека, почта, магазины, парикмахерские.
14.	Проектная мощность:	190 мест
15.	Фактическая наполняемость:	180 детей /на 01.09.2020 г./

16.	Группы:	7 групп, из них: ранний возраст – 2, дошкольный возраст – 5
17.	Дополнительные помещения:	<ul style="list-style-type: none"> ➤ для физического развития и оздоровления детей: медицинский и процедурный кабинеты, физкультурный зал; ➤ музыкальный зал; ➤ для проведения коррекционно-развивающей работы: кабинет педагога-психолога и учителя-логопеда.

Цели и задачи программы

Цель:

Создание условий для реализации образовательной области «Физическое развитие» дошкольников.

Охрана здоровья детей и формирование основы культуры здоровья.

Задачи:

- развивать физические качества (скоростные, силовые, гибкость, выносливость и координацию);
- обогащать и накапливать двигательный опыт детей (овладение основными движениями);
- формировать у детей потребность в двигательной активности и физическом совершенствовании;
- сохранять и укреплять физическое и психическое здоровье детей;
- воспитывать культурно-гигиенические навыки;
- формировать начальное представление о здоровом образе жизни.

Программа определяет содержание и организацию воспитательно-образовательного процесса и направлена на формирование общей культуры, развитие физических, интеллектуальных и личностных качеств, формирование предпосылок учебной деятельности, обеспечивающих социальную успешность, сохранение и укрепление здоровья детей.

Принципы и подходы к формированию программы

Содержание РП соответствует основным положениям возрастной психологии, физиологии и дошкольной педагогики и выстроено с учетом принципов и подходов:

- **развивающего образования**, в соответствии с которым главной целью дошкольного образования является развитие ребенка. Ориентировка на потенциальные возможности ребенка, на «зону ближайшего развития» (Л.С. Выготский), которую он как бы проходит вместе со взрослым. Роль взрослого велика, но она меняется в зависимости от возраста детей и, конечно же, от предлагаемого детям содержания;
- **реализация деятельностного подхода** — это развитие самой деятельности, основных ее компонентов (мотивов, целей, действий, способов действий или операций), что

способствует развитию ребенка как субъекта деятельности (деятеля). Связь информации, полученной от взрослого, с информацией, добытой самими детьми в процессе разных видов деятельности, — залог формирования более осмысленных и глубоких знаний, а значит и развития детей;

- **единства воспитательных, развивающих и обучающих целей и задач** процесса образования детей дошкольного возраста, в процессе реализации которых формируются такие качества, которые являются ключевыми в развитии дошкольников;
- **интеграции образовательных областей и видов детской деятельности** в соответствии с возрастными возможностями и особенностями воспитанников, спецификой и возможностями образовательных областей;
- **комплексно-тематического построения образовательного процесса**. Решение образовательных задач в совместной деятельности взрослого и детей и самостоятельной деятельности детей не только в рамках непосредственно образовательной деятельности, но и при проведении режимных моментов в соответствии со спецификой дошкольного образования;
- **построение образовательного процесса на адекватных возрасту формах работы с детьми**. Основной формой работы с детьми дошкольного возраста и ведущим видом деятельности для них является игра;
- **гуманизации** (признание уникальности и неповторимости личности каждого ребенка; признание неограниченных возможностей развития личного потенциала каждого ребенка; уважение к личности ребенка со стороны всех участников образовательного процесса);
- **индивидуализации воспитания и обучения** (развитие ребенка в соответствии с его склонностями, интересами и возможностями через создание условий для воспитания и обучения каждого ребенка с учетом индивидуальных особенностей его развития). Учет индивидуальных особенностей, как физиологических, так и личностных;
- **научной обоснованности и практической применимости** (содержание программы соответствует основным положениям возрастной психологии и дошкольной педагогики);
- **полноты, необходимости и достаточности** (позволяет решать поставленные цели и задачи только на необходимом и достаточном материале, максимально приближается к разумному «минимуму»);
- **учет специфики в развитии мальчиков и девочек**;
- **непрерывности и преемственности образования** (требует связи всех ступенек дошкольного образования, начиная с раннего и младшего дошкольного возраста до старшей и подготовительной к школе групп. Приоритетом с точки зрения непрерывности образования является обеспечение к концу дошкольного детства такого уровня развития каждого ребенка, который позволит ему быть успешным при обучении по программам начальной школы. Соблюдение принципа преемственности требует не только и не столько овладения детьми определенным объемом информации, знаний, сколько формирование у дошкольника качеств, необходимых для овладения учебной деятельностью.

Возрастные и индивидуальные особенности детей 3-7 лет

Вторая младшая группа (3 – 4 года)

3-хлетний ребенок владеет основными жизненно важными движениями (ходьба, бег, лазание, действия с предметами). Возникает интерес к определению соответствия движений

образцу. Дети испытывают свои силы в более сложных видах деятельности, но вместе с тем им свойственно неумение соизмерять свои силы со своими возможностями.

Моторика выполнения движений характеризуется более или менее точным воспроизведением структуры движения, его фаз, направления и т.д. К 4-м годам ребенок может без остановки пройти по гимнастической скамейке, руки в стороны; ударять мяч об пол и ловить его двумя руками (3 раза подряд); перекладывать по одному мелкие предметы с поверхности стола в небольшую коробку (правой рукой).

Начинает развиваться самооценка при выполнении физических упражнений, при этом дети ориентируются в значительной мере на оценку взрослого.

Средняя группа (4 – 5 лет)

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

Позитивные изменения наблюдаются в развитии моторики. Дошкольники лучше удерживают равновесие, перешагивая через небольшие преграды, нанизывает бусины средней величины (или пуговицы) на толстую леску.

Старшая группа (5 – 6 лет)

Продолжается процесс окостенения скелета ребенка. Дошкольник более совершенно овладевает различными видами движений. Тело приобретает заметную устойчивость. Дети к 6 годам уже могут совершать пешие прогулки, но на небольшие расстояния. Шестилетние дети значительно точнее выбирают движения, которые им надо выполнить. У них обычно отсутствуют лишние движения, которые наблюдаются у детей 3 – 5 лет. В период с 5 до 6 лет ребенок постепенно начинает адекватно оценивать результаты своего участия в играх соревновательного характера. Удовлетворение полученным результатом к 6 годам начинает доставлять ребенку радость, способствует эмоциональному благополучию и поддерживает положительное отношение к себе («я хороший, ловкий» и т.д.). Уже начинают наблюдаться различия в движениях мальчиков и девочек (у мальчиков – более прерывистые, у девочек – мягкие, плавные).

Подготовительная к школе группа (6 – 7 лет)

К 7 годам скелет ребенка становится более крепким, поэтому он может выполнять различные движения, которые требуют гибкости, упругости, силы. Его тело приобретает заметную устойчивость, чему способствует усиленный рост ног. Ноги и руки становятся более выносливыми, ловкими, подвижными. В этом возрасте дети уже могут совершать довольно длительные прогулки, долго бегать, выполнять сложные физические упражнения

У семилетних детей отсутствуют лишние движения. Ребята уже самостоятельно, без специальных указаний взрослого, могут выполнить ряд движений в определенной последовательности, контролируя их, изменяя (произвольная регуляция движений). Ребенок уже способен достаточно адекватно оценивать результаты своего участия в подвижных и спортивных играх соревновательного характера. Удовлетворение полученным результатом доставляет ребенку радость и поддерживает положительное отношение к себе и своей команде («мы выиграли, мы сильнее»).

1.2. Планируемые результаты освоения программы

Целевые ориентиры (из программы «От рождения до школы»)

Результатами освоения программы являются целевые ориентиры 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) не позволяет требовать от ребенка дошкольного возраста достижения конкретных образовательных результатов и обуславливает необходимость определения результатов освоения образовательной программы в виде целевых ориентиров.

Целевые ориентиры дошкольного образования, представленные в ФГОС ДО, следует рассматривать как социально-нормативные возрастные характеристики возможных достижений ребенка. Это ориентир для педагогов и родителей, обозначающий направленность воспитательной деятельности взрослых.

Целевые ориентиры на этапе завершения дошкольного образования:

- ✓ Ребенок обладает установкой положительного отношения к миру, к другим людям и 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, адекватно проявляет свои чувства, в том числе чувство веры в себя, старается разрешать конфликты.
- ✓ Способен сотрудничать и выполнять как лидерские, так и исполнительские функции в совместной деятельности.
- ✓ Проявляет умение слышать других и стремление быть понятым другими.
- ✓ Умеет распознавать различные ситуации и адекватно их оценивать.
- ✓ У ребенка развита крупная и мелкая моторика; он подвижен, вынослив, владеет основными движениями, может контролировать свои движения и управлять ими.
- ✓ Ребенок способен к волевым усилиям, может следовать социальным нормам поведения и правилам в разных видах деятельности, во взаимоотношениях со взрослыми и сверстниками, может соблюдать правила безопасного поведения и навыки личной гигиены.
- ✓ Проявляет ответственность за начатое дело.
- ✓ Открыт новому, то есть проявляет желание узнавать новое, самостоятельно добывать новые знания.
- ✓ Проявляет патриотические чувства, ощущает гордость за свою страну.
- ✓ Имеет начальные представления о здоровом образе жизни. Воспринимает здоровый образ жизни как ценность.

Планируемые результаты освоения Программы детьми, указанные в ФГОС ДО конкретизируются планируемыми результатами примерной и парциальных программ. Качество – это системное (интегративное) образование, формирующееся у воспитанника в процессе освоения основной образовательной программы дошкольного образования, являющееся показателем его развития личностном, интеллектуальном и физическом планах и способствующее самостоятельному решению ребенком жизненных задач, адекватных возрасту.

Физические качества характеризуют физическое развитие воспитанника (силу, выносливость, гибкость, координацию, ловкость, скорость). Социальный портрет ребенка 7 лет, освоившего Программу по физическому развитию дошкольного образования: физически развитый, овладевший основными культурно-гигиеническими навыками. Ребенок достиг максимально возможного уровня гармоничного физического развития (с учетом индивидуальных особенностей). У него сформированы основные физические качества и потребность в двигательной активности. Самостоятельно выполняет доступные возрасту гигиенические процедуры, соблюдает элементарные правила здорового образа жизни.

Сформированность основных физических качеств и потребности в двигательной активности:

- двигательные умения и навыки;
- двигательльно-экспрессивные способности и навыки;
- навыки здорового образа жизни.

Технология педагогической диагностики

Реализация программы «От рождения до школы» предполагает оценку индивидуального развития детей. Такая оценка производится педагогическим работником в рамках педагогической диагностики (оценки индивидуального развития детей дошкольного возраста, связанной с оценкой эффективности педагогических действий и лежащей в основе их дальнейшего планирования).

Педагогическая диагностика проводится в ходе наблюдений за активностью детей в спонтанной и специально организованной деятельности. Инструментарий для педагогической диагностики — карты наблюдений детского развития, позволяющие фиксировать индивидуальную динамику и перспективы развития каждого ребенка в ходе физического развития.

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

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

В ходе образовательной деятельности педагоги должны создавать диагностические ситуации, чтобы оценить индивидуальную динамику детей и скорректировать свои действия.

(критерии оценки индивидуального развития детей представлены в Приложении к РП)

2. Содержательный раздел

2.1. Содержание образовательной деятельности в соответствии с направлениями развития детей дошкольного возраста выстраивается на основе реализуемой программы «От рождения до школы» и дополняется материалами, направленными на реализацию части,

формируемой участниками образовательных отношений (основная образовательная программа ДОУ).

РП предусматривает решение программных образовательных задач в совместной деятельности взрослого и детей и самостоятельной деятельности детей не только в рамках непосредственно образовательной деятельности, но и при проведении режимных моментов, а также в процессе взаимодействия с семьями детей по реализации программы в соответствии со спецификой дошкольного образования.

Образовательная область ФГОС ДО «Физическое развитие» содержит два направления:

Физическая культура: (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, формирование правильной осанки.... Формирование потребности в ежедневной двигательной деятельности. Развитие инициативы, самостоятельности, и творчества в двигательной активности, способности к самоконтролю, самооценке при выполнении движений...)

Формирование начальных представлений о здоровом образе жизни, овладение его элементарными нормами и правилами (в питании, двигательном режиме, закаливании, при формировании полезных привычек и др.)

(Примерная общеобразовательная программа «От рождения до школы»)

Содержание указанной образовательной области зависит от возрастных и индивидуальных особенностей детей, определяется целями и задачами реализуемой РП и может реализовываться в двигательной деятельности (овладение основными движениями).
(Содержание представлено в Приложении к РП)

Содержание РП обеспечивает всестороннее физическое развитие личности, в образовательной области «Физическое развитие» и интегрирует со всеми образовательными областями: социально-коммуникативное развитие, познавательное развитие, речевое развитие, художественно-эстетическое развитие.

Комплексно-тематический план на 2020-2021г.			
Вторая младшая группа (от 3 до 4 лет)			
Тема	Развернутое содержание работы	Период	Варианты итоговых мероприятий
	Вызвать у детей радость от возвращения в детский сад. Продолжить знакомство с детским садом		Развлечение для детей, организованное сотрудниками

<p>До свидания, лето, здравствуй детский сад!</p>	<p>как с ближайшим окружением ребенка: профессии работников детского сада (воспитатель, помощник воспитателя, музыкальный руководитель, врач, дворник), предметное окружение, правила поведения в детском саду, взаимоотношения со сверстниками.</p> <p>Знакомить детей друг с другом в ходе игр (если дети уже знакомы, помочь вспомнить друг друга). Формировать дружеские, доброжелательные отношения между детьми (коллективная художественная работа, песенка о дружбе, совместные игры).</p>	<p>20 августа – 10 сентября</p>	<p>детского сада с участием родителей.</p> <p>Дети в подготовке не участвуют, но принимают активное участие в развлечении (в подвижных играх, викторинах).</p>
<p>Осень</p>	<p>Расширять представления детей об осени (сезонные изменения в природе, одежде людей, на участке детского сада), о времени сбора урожая, о некоторых овощах, фруктах, ягодах, грибах.</p> <p>Знакомить с сельскохозяйственными профессиями. Знакомить с правилами безопасного поведения на природе. Воспитывать бережное отношение к природе. Развивать умения замечать красоту осенней природы, вести наблюдения за погодой. Расширять знания о домашних животных, птицах.</p> <p>Знакомить с особенностями поведения лесных зверей и птиц осенью.</p>	<p>11 - 30 сентября</p>	<p>Праздник «Осень». Выставка детского творчества.</p>
<p>Я и моя семья</p>	<p>Формировать начальные представления о здоровье и здоровом образе жизни. Формировать образ Я. Формировать элементарные навыки ухода за своим лицом и телом. Развивать представление о своем внешнем облике. Развивать гендерные представления. Формировать умение называть свои имя, фамилию, имена членов семьи, говорить о себе в</p>	<p>1 – 15 октября</p>	<p>Открытый день здоровья. Спортивное развлечение.</p>

	первом лице. Развивать представление о своей семье.		
Мой дом, мой город	<p>Знакомить с домом, с предметами домашнего обихода, бытовыми приборами.</p> <p>Знакомить с родным городом (поселком), его названием, основными достопримечательностями.</p> <p>Знакомить с видами транспорта, в том числе городским, с правилами поведения в городе, с элементарными правилами дорожного движения. Знакомить с «городскими» профессиями (милиционер, продавец, парикмахер, шофер, водитель автобуса).</p>	16 октября – 4 ноября	Сюжетно-ролевая игра по правилам дорожного движения.
Мониторинг	Диагностическое обследование детей педагогами и специалистами ДОУ	5 – 14 ноября	Заполнение персональных карт развития детей.
Новогодний праздник	Организовывать все виды детской деятельности (игровой, коммуникативной, трудовой, познавательно-исследовательской, продуктивной, музыкально-художественной, чтения) вокруг темы Нового года и новогоднего праздника.	15 ноября – 31 декабря	Новогодний утренник.
Зима	<p>Расширять представления о зиме.</p> <p>Знакомить с зимними видами спорта. Формировать представления о безопасном поведении зимой.</p> <p>Формировать исследовательский и познавательный интерес в ходе</p>	1 – 31 января	<p>Праздник «Зима».</p> <p>Выставка детского творчества.</p>

	<p>экспериментирования с водой и льдом.</p> <p>Воспитывать бережное отношение к природе, умение замечать красоту зимней природы.</p> <p>Расширять представления о сезонных изменениях в природе (изменения в погоде, растения зимой, поведение зверей и птиц).</p> <p>Формировать первичные представления о местах, где всегда зима.</p>		
День защитника Отечества	<p>Осуществлять патриотическое воспитание. Знакомить с «военными» профессиями. Воспитывать любовь к Родине.</p> <p>Формировать первичные гендерные представления (воспитывать в мальчиках стремления быть сильными, смелыми, стать защитниками Родины).</p>	1 – 23 февраля	Праздник, посвященный Дню защитника Отечества.
8 марта	<p>Организовывать все виды детской деятельности (игровой, коммуникативной, трудовой, познавательно-исследовательской, продуктивной, музыкально-художественной, чтения) вокруг темы семьи, любви к маме, бабушке.</p> <p>Воспитывать уважение к воспитателям.</p>	24 февраля – 8 марта	Праздник «8 Марта» Выставка детского творчества.
Знакомство с народной культурой и традициями	<p>Расширять представления о народной игрушке (дымковская игрушка, матрешка и др.). Знакомить с народными промыслами. Продолжать знакомить с устным народным творчеством.</p> <p>Использовать фольклор при организации</p>	9 – 31 марта 9 - 20 марта	Фольклорный праздник. Выставка детского творчества.

	всех видов детской деятельности.		
Весна	<p>Расширять представления о весне.</p> <p>Воспитывать бережное отношение к природе, умение замечать красоту весенней природы.</p> <p>Расширять представления о сезонных изменениях (изменения в природе, растения зимой, поведение зверей и птиц).</p> <p>Расширять представления о простейших связях в природе (потеплело – появилась травка и т.д.).</p>	1 – 20 апреля	<p>Праздник «Весна».</p> <p>Выставка детского творчества.</p>
Оценка развития		<p>21 апреля –</p> <p>1 мая</p> <p>21-31 марта</p>	Заполнение персональных карт развития детей.
Лето	<p>Расширять представления детей о лете, о сезонных изменениях (сезонные изменения в природе, одежде людей, на участке детского сада).</p> <p>Формировать элементарные представления о садовых и огородных растениях. Формировать исследовательский и познавательный интерес в ходе экспериментирования с водой и песком. Воспитывать бережное отношение к природе, умение замечать красоту летней природы.</p>	1 – 31 мая	Праздник «Лето».

Средняя группа (от 4 до 5 лет)

Средняя группа (от 4 до 5 лет)			
Тема	Развернутое содержание работы	Период	Варианты итоговых мероприятий

<p>День знаний</p>	<p>Развивать у детей познавательную мотивацию, интерес к школе, книге. Формировать дружеские, доброжелательные отношения между детьми.</p> <p>Продолжать знакомить с детским садом как ближайшим социальным окружением ребенка (обратить внимание на произошедшие изменения: покрашен забор, появились новые столы),</p> <p>Расширять представления о профессиях сотрудников детского сада (воспитатель, помощник воспитателя, музыкальный руководитель, врач, дворник, повар и др.)</p>	<p>20 августа – 10 сентября</p>	<p>Праздник «День знаний», организованный сотрудниками детского сада с участием родителей. Дети праздник не готовят, но активно участвуют в конкурсах, викторинах; демонстрируют свои способности.</p>
<p>Осень</p>	<p>Расширять представления детей об осени. Развивать умение устанавливать простейшие связи между явлениями живой и неживой природы (похолодало – исчезли бабочки, отцвели цветы и т.д.), вести сезонные наблюдения. Расширять представления о сельскохозяйственных профессиях, о профессии лесника.</p> <p>Расширять знания об овощах и фруктах (местных, экзотических). Расширять представления о правилах безопасного поведения на природе. Воспитывать бережное отношение к природе.</p> <p>Формировать элементарные экологические представления.</p>	<p>11 – 30 сентября</p>	<p>Праздник «Осень». Выставка детского творчества.</p>
<p>Я в мире человек</p>	<p>Расширять представления о здоровье и здоровом образе жизни. Расширять представления детей о своей семье. Формировать первоначальные представления о родственных отношениях в семье (сын, дочь, мама, папа и т.д.). Закреплять знание детьми своих имени, фамилии и возраста; имен родителей. Знакомить детей с профессиями родителей. Воспитывать уважение к труду взрослых. Формировать положительную</p>	<p>1 – 20 октября</p> <p>1 – 15 октября</p>	<p>Открытый день здоровья.</p>

	самооценку, образ Я (помогать каждому ребенку как можно чаще убеждаться в том, что он хороший, что его любят). Развивать представления детей о своем внешнем облике. Воспитывать эмоциональную отзывчивость на состояние близких людей, формирование уважительного, заботливого отношения к пожилым родственникам.		
Мой город, моя страна	Знакомить с родным городом (поселком). Формировать начальные представления о родном крае, его истории и культуре. Воспитывать любовь к родному краю. Расширять представления о видах транспорта и его назначении. Расширять представления о правилах поведения в городе, элементарных правилах дорожного движения. Расширять представления о профессиях. Познакомить с некоторыми выдающимися людьми, прославившими Россию.	21 октября – 4 ноября 16 октября – 4 ноября	Спортивный праздник.
Мониторинг	Диагностическое обследование детей педагогами и специалистами ДОУ	5 – 14 ноября	Заполнение персональных карт детей.
Новогодний праздник	Организовать все виды детской деятельности (игровой, коммуникативный, трудовой, познавательной-исследовательской, продуктивной, музыкально-художественной, чтения) вокруг темы Нового года и новогоднего праздника.	15 ноября – 31 декабря	Праздник «Новый год». Выставка детского творчества.
Зима	Расширять представления детей о зиме. Развивать умение устанавливать простейшие связи между явлениями живой и неживой природы. Развивать умение вести сезонные наблюдения, замечать красоту зимней природы. Знакомить с	1 – 31 января	Праздник «Зима». Выставка детского творчества.

	зимними видами спорта. Формировать представления о безопасном поведении людей зимой. Формировать исследовательский и познавательный интерес в ходе экспериментирования с водой и льдом. Закреплять знания о свойствах снега и льда. Расширять представления о местах, где всегда зима, о животных Арктики и Антарктики.		
День защитника Отечества	<p>Знакомить детей с «военными» профессиями (солдат, танкист, летчик, моряк, пограничник); с военной техникой (танк, самолет, военный крейсер); с флагом России. Воспитывать любовь к Родине.</p> <p>Осуществлять гендерное воспитание (формировать у мальчиков стремление быть сильными, смелыми, стать защитниками Родины; воспитывать в девочках уважение к мальчикам как будущим защитникам Родины). Приобщать к русской истории через знакомство с былинами о богатырях.</p>	1 – 23 февраля.	<p>Праздник, посвященный Дню защитникам Отечества.</p> <p>Выставка детского творчества.</p>
8 марта	<p>Организовывать все виды детской деятельности (игровой, коммуникативной, трудовой, познавательно-исследовательской, продуктивной, музыкально-художественной, чтения) вокруг темы семьи, любви к маме, бабушке. Воспитывать уважение к воспитателям.</p> <p>Расширять гендерные представления. Привлекать детей к изготовлению подарков маме, бабушке, воспитателям.</p>	24 февраля – 8 марта	<p>Праздник «8 марта».</p> <p>Выставка детского творчества.</p>
Знакомство с	Расширять представления о народной	9 – 20 марта	Фольклорный

народной культурой и традициями	игрушке (дымковская игрушка, матрешка и др.). Знакомить с народными промыслами. Продолжать знакомить с устным народным творчеством. Использовать фольклор при организации всех видов детской деятельности.		праздник. Выставка детского творчества.
Оценка развития	Диагностическое обследование детей педагогами и специалистами ДОУ	21 – 31 марта	Заполнение персональных карт детей.
Весна	Расширять представления детей о весне. Развивать умение устанавливать простейшие связи между явлениями живой и неживой природы, вести сезонные наблюдения. Расширять представления о правилах безопасного поведения на природе. Воспитывать бережное отношение к природе. Формировать элементарные экологические представления. Формировать представления о работах, проводимых весной в саду и огороде. Привлекать детей к посильному труду на участке детского сада, в цветнике.	1 – 20 апреля 1 – 15 апреля	Праздник «Весна». Выставка детского творчества.
День Победы	Осуществлять патриотическое воспитание. Воспитывать любовь к Родине. Формировать представления о празднике, посвященном Дню Победы. Воспитывать уважение к ветеранам войны.	21 апреля – 9 мая 21 апреля – 9 мая	Праздник, посвященный Дню Победы. Выставка детского творчества.
Лето	Расширять представления детей о лете. Развивать умение устанавливать простейшие связи между явлениями живой и неживой природы, вести сезонные наблюдения. Знакомить с летними видами спорта. Формировать представления о безопасном поведении в лесу.	10 – 31 мая	Праздник «Лето». Спортивный праздник. Выставка детского творчества.

Старшая группа (от 5 до 6 лет)

Тема	Развернутое содержание работы	Период	Варианты итоговых занятий
День знаний	<p>Развивать у детей познавательную мотивацию, интерес к школе, книгам. Формировать дружеские, доброжелательные отношения между детьми.</p> <p>Продолжать знакомить с детским садом как ближайшим социальным окружением ребенка (обратить внимание на произошедшие изменения: покрашен забор, появились новые столы), расширять представления о профессиях сотрудников детского сада (воспитатель, помощник воспитателя, музыкальный руководитель, врач, дворник).</p>	15 августа – 1 сентября	Праздник «День знаний».
Осень	<p>Расширять знания детей об осени. Продолжать знакомить с сельскохозяйственными профессиями.</p> <p>Закреплять знания о правилах безопасного поведения в природе. Формировать обобщенные представления об осени как времени года, приспособленности растений и животных к изменениям в природе, явлениях природы.</p> <p>Дать первичные представления об экосистемах, природных зонах.</p> <p>Расширять представления о неживой природе.</p>	1 – 30 сентября	<p>Праздник «Осень».</p> <p>Выставка детского творчества.</p>
Я вырасту здоровым	<p>Расширять представления о здоровье и здоровом образе жизни. Воспитывать стремление вести здоровый образ жизни. Формировать положительную самооценку.</p> <p>Закреплять знание домашнего адреса и телефона, имен и отчеств родителей, их профессий. Расширять знания детей о самих себе, о своей семье, о том, где работают родители, как важен для общества их труд.</p>	1 – 15 октября	Открытый день здоровья.
Мой город, моя страна, моя планета. День народного единства	<p>Расширять представления детей о родной стране, о государственных праздниках; вызвать интерес к истории своей страны; воспитывать чувство гордости за свою страну, любви к ней. Знакомить с историей России, гербом и флагом, мелодией гимна. Рассказывать о людях, прославивших Россию; о том, что Российская Федерация (Россия) – огромная многонациональная</p>	16 октября – 4 ноября	<p>Праздник «День народного единства».</p> <p>Выставка детского</p>

	страна; Москва – главный город, столица нашей Родины.		творчества.
Оценка развития	Диагностическое обследование детей педагогами и специалистами ДОУ	5 – 15 ноября	Заполнение персональных карт детей.
Новый год	<p>Привлекать к активному разнообразному участию в подготовке к празднику и его проведению.</p> <p>Воспитывать чувство удовлетворения от участия в коллективной предпраздничной деятельности.</p> <p>Закладывать основы праздничной культуры.</p> <p>Вызвать эмоционально положительное отношение к предстоящему празднику, желание активно участвовать в его подготовке.</p> <p>Вызвать стремление поздравить близких с праздником, преподнести подарки, сделанные своими руками.</p> <p>Познакомить с традициями празднования Нового года в различных странах.</p>	16 ноября – 31 декабря	<p>Праздник «Новый год».</p> <p>Выставка детского творчества.</p>
Зима	<p>Продолжать знакомить детей с зимой как временем года, с зимними видами спорта.</p> <p>Формировать первичный исследовательский и познавательный интерес через экспериментирование с водой и льдом.</p> <p>Расширять и обогащать знания детей об особенностях зимней природы (холода, заморозки, снегопады, сильные ветры), особенностях деятельности людей в городе, на селе;</p> <p>О безопасном поведении зимой.</p>	1 – 31 января	<p>Праздник «Зима».</p> <p>Выставка детского творчества.</p>
День защитника Отечества	<p>Продолжать расширять представления о Российской армии.</p> <p>Рассказывать о трудной, но почетной обязанности защищать Родину, охранять ее спокойствие и безопасность; о том, как в годы войн храбро сражались и защищали нашу страну от врагов прадеды, деды, отцы.</p> <p>Воспитывать в духе патриотизма, любви к Родине.</p>	1 – 23 февраля	<p>Праздник «23 февраля – день защитника Отечества».</p> <p>Выставка детского творчества.</p>

	<p>Знакомить с разными родами войск (пехота, морские, воздушные, танковые войска), боевой техникой.</p> <p>Расширять гендерные представления, формировать в мальчиках стремление быть сильными, смелыми, стать защитниками Родины;</p> <p>Воспитывать в девочках уважение к мальчикам как будущим защитникам Родины.</p>		творчества.
Международный женский день	<p>Организовывать все виды детской деятельности (игровой, коммуникативной, трудовой, познавательно-исследовательской, продуктивной, музыкально-художественной, чтения) вокруг темы семьи, любви к маме, бабушке. Воспитывать уважение к воспитателям.</p> <p>Расширять гендерные представления, воспитывать в мальчиках представление о том, что мужчины должны внимательно и уважительно относиться к женщинам.</p> <p>Привлекать детей к изготовлению подарков маме, бабушке, воспитателям.</p> <p>Воспитывать бережное и чуткое отношение к самым близким людям, потребность радовать близких добрыми делами.</p>	24 февраля – 8 марта	<p>Праздник «8 марта»</p> <p>Выставка детского творчества.</p>
Народная культура и традиции	<p>Продолжать знакомить детей с народными традициями и обычаями, с народным декоративно-прикладным искусством (Городец, Полхов-Майдан, Гжель).</p> <p>Расширять представления о народных игрушках (матрешки – городецкая, богородская; бирюльки).</p> <p>Знакомить с национальным декоративно-прикладным искусством.</p> <p>Рассказать о русской избе и других строениях, их внутреннем убранстве, предметах быта, одежды.</p>	9 – 20 марта	<p>Фольклорный праздник.</p> <p>Выставка детского творчества.</p>
Оценка развития	<p>Диагностическое обследование детей педагогами и специалистами ДОУ</p>	<p>21 марта –</p> <p>1 апреля</p> <p>21-31 марта</p>	<p>Заполнение персональных карт детей.</p>
Весна	<p>Формировать у детей обобщенные представления о весне как времени года, приспособленности растений и животных к изменениям в природе. Расширять знания о характерных признаках весны: о прилете птиц; о связи</p>	1 – 15 апреля	<p>Праздник «Весна красна».</p>

	между явлениями живой и неживой природы и сезонными видами труда; о весенних изменениях в природе (тает снег, разливаются реки, прилетают птицы, травка и цветы быстрее появляются на солнечной стороне, чем в тени).		День Земли – 22 апреля. Выставка детского творчества.
День Победы	Воспитывать детей в духе патриотизма, любви к Родине. Расширять знания о героях Великой Отечественной войны, о победе нашей страны в войне. Знакомить с памятниками героям Великой Отечественной Войны.	16 апреля – 9 мая	Праздник «День Победы». Выставка детского творчества.
Лето	Формировать у детей обобщенные представления о лете как времени года; признаках лета. Расширять и обогащать представления о влиянии тепла, солнечного света на жизнь людей, животных и растений (природа «расцветает», созревает много ягод, фруктов, овощей; много корма для зверей, птиц и их детенышей); представления о съедобных грибах.	10 – 31 мая	Праздник «Лето». День защиты окружающей среды – 5 июня. Выставка детского творчества.

Подготовительная группа (от 6 до 7 лет)

Тема	Развернутое содержание работы	Период	Варианты итоговых мероприятий
День знаний	Развивать познавательный интерес, интерес к школе, к книгам. Закреплять знания детей о школе, о том, зачем нужно учиться, кто и чему учит в школе, о школьных принадлежностях и т.д. Формировать положительные представления о профессии учителя и «профессии» ученика.	15 августа – 10 сентября	Праздник «День знаний».

<p>Осень</p>	<p>Расширять знания детей об осени. Продолжать знакомить с сельскохозяйственными профессиями. Закреплять знания о правилах безопасного поведения в природе.</p> <p>Закреплять знания о временах года, последовательности месяцев в году.</p> <p>Воспитывать бережное отношение к природе.</p> <p>Расширять представления об отображении осени в произведениях искусства (поэтического, изобразительного, музыкального). Расширять представления о творческих профессиях.</p>	<p>11 – 30 сентября</p>	<p>Праздник «Осень».</p> <p>Выставка детского творчества.</p>
<p>Я вырасту здоровым (темы в программе нет)</p>	<p>Расширять представления о здоровье и здоровом образе жизни. Воспитывать стремление вести здоровый образ жизни. Формировать положительную самооценку. Закреплять знание домашнего адреса и телефона, имен и отчеств родителей, их профессий. Расширять знания детей о самих себе, о своей семье, о том, где работают родители, как важен для общества их труд.</p>	<p>1 – 15 октября</p>	<p>День здоровья</p>
<p>Мой город, моя страна, моя планета День народного единства</p>	<p>Расширять представления детей о родном крае. Продолжать знакомить с достопримечательностями региона, в котором живут дети.</p> <p>Воспитывать любовь к «малой Родине», гордость за достижения своей страны. Рассказывать детям о том, что Земля – наш общий дом, на Земле много разных стран. Объяснять, как важно жить в мире со всеми народами, знать и уважать их культуру, обычаи и традиции.</p>	<p>1 – 15 октября 16 октября - 4 ноября</p>	<p>Праздник «День народного единства».</p> <p>Выставка детского творчества.</p>
	<p>Расширять представления детей о родной стране, о государственных праздниках. Дать элементарные сведения об истории России.</p> <p>Углублять и уточнять представления о</p>	<p>16 октября – 4 ноября</p>	

	<p>Родине – России. Поддерживать интерес детей к событиям, происходящим в стране, воспитывать чувство гордости за ее достижения.</p> <p>Закреплять знания о флаге, гербе и гимне России.</p> <p>Расширять представления о Москве – главном городе, столице России.</p> <p>Рассказать детям о Ю.А.Гагарине и других героях космоса.</p> <p>Воспитывать уважение к людям разных национальностей и их обычаям.</p>		
Оценка развития		5 – 14 ноября	Заполнение персональных карт детей.
Новый год	<p>Привлекать к активному разнообразному участию в подготовке к празднику и его проведении. Воспитывать чувство удовлетворения от участия в коллективной предпраздничной деятельности.</p> <p>Закладывать основы праздничной культуры. Вызвать эмоционально положительное отношение к предстоящему празднику, желание активно участвовать в его подготовке.</p> <p>Вызвать стремление поздравить близких а праздником, преподнести подарки, сделанные своими руками.</p> <p>Продолжать знакомить с традициями празднования Нового года в различных странах.</p>	15 ноября – 31 декабря	<p>Праздник «Новый год».</p> <p>Выставка детского творчества.</p>
Зима	<p>Продолжать знакомить с зимой, с зимними видами спорта.</p> <p>Расширять и обогащать знания об особенностях зимней природы (холода, заморозки, снегопады, сильные ветры),</p>	1 – 31 января	<p>Праздник «Зима».</p> <p>Зимняя олимпиада.</p> <p>Выставка детского творчества.</p>

	<p>особенностях деятельности людей в городе, на селе; о безопасном поведении зимой.</p> <p>Формировать первичный исследовательский и познавательный интерес через экспериментирование с водой и льдом.</p> <p>Продолжать знакомить с природой Арктики и Антарктики.</p> <p>Дать представление об особенностях зимы в разных широтах и в разных полушариях Земли.</p>		
День защитника Отечества	<p>Продолжать расширять представления детей о российской армии. Рассказывать о трудной, но почетной обязанности защищать Родину, охранять ее спокойствие и безопасность; о том, как в годы войн храбро сражались и защищали нашу страну от врагов прадеды, деды, отцы.</p> <p>Воспитывать в духе патриотизма, любви к Родине.</p> <p>Знакомить с разными родами войск (пехота, морские, воздушные, танковые войска), боевой техникой.</p> <p>Расширять гендерные представления, формировать у мальчиков стремление быть сильными, смелыми, стать защитниками Родины; воспитывать у девочек уважения к мальчикам как будущим защитникам Родины.</p>	1 – 23 февраля	<p>Праздник «23 февраля – день защитника Отечества».</p> <p>Выставка детского творчества.</p>
Международный женский день	<p>Организовывать все виды детской деятельности (игровой, коммуникативной, трудовой, познавательно-исследовательской, продуктивной, музыкально-художественной, чтения) вокруг темы семьи, любви к маме, бабушке.</p> <p>Воспитывать уважение к воспитателям.</p> <p>Расширять гендерные представления, воспитывать у мальчиков представление о том, что мужчины должны внимательно и</p>	24 февраля – 8 марта	<p>Праздник «8 марта».</p> <p>Выставка детского творчества.</p>

	<p>уважительно относиться к женщинам.</p> <p>Привлекать детей к изготовлению подарков маме, бабушке, воспитателям.</p> <p>Воспитывать бережное и чуткое отношение к самым близким людям, потребность радовать близких добрыми делами.</p>		
Народная культура и традиции	<p>Знакомить детей с народными традициями и обычаями.</p> <p>Расширять представления об искусстве, традициях и обычаях народов России.</p> <p>Продолжать знакомить детей с народными песнями, плясками.</p> <p>Расширять представления о разнообразии народного искусства, художественных промыслах (различные виды материалов, разные регионы нашей страны и мира).</p> <p>Воспитывать интерес к искусству родного края; прививать любовь и бережное отношение к произведениям искусства.</p>	9 – 21 марта	<p>Фольклорный праздник.</p> <p>Выставка детского творчества.</p>
Оценка развития		22 – 31 марта	Заполнение персональных карт детей.
Весна	<p>Формировать у детей обобщенные представления о весне, приспособленности растений и животных к изменениям в природе.</p> <p>Расширять знания о характерных признаках весны; о связи между явлениями живой и неживой природы и сезонными видами труда; о весенних изменениях в природе.</p>	1 – 15 апреля	<p>Праздник «Весна-красна».</p> <p>День Земли – 22 апреля.</p> <p>Выставка детского творчества.</p>
День Победы	<p>Воспитывать детей в духе патриотизма, любви к Родине.</p> <p>Расширять знания о героях Великой Отечественной войны, о победе нашей страны в войне.</p> <p>Познакомить с памятниками героям</p>	16 апреля – 9 мая	<p>Праздник «День Победы».</p> <p>Выставка детского творчества.</p>

	<p>Великой Отечественной войны.</p> <p>Рассказать детям о воинских наградах дедушек, бабушек, родителей.</p> <p>Показать преемственность поколений защитников Родины: от древних богатырей до героев Великой Отечественной войны.</p>		
<p>До свидания, детский сад! Здравствуй, школа!</p>	<p>Организовать все виды детской деятельности (игровой, коммуникативной, трудовой, познавательно-исследовательской, продуктивной, музыкально-художественной, чтения) на тему прощания с детским садом и поступления в школу.</p> <p>Формировать эмоционально положительное отношение к предстоящему поступлению в 1-й класс.</p>	<p>10 – 31 мая</p>	<p>Праздник «До свидания, детский сад!».</p>

В летнее время детский сад работает в каникулярном режиме.

2.1. Описание вариативных форм, способов, методов и средств реализации РП

Важнейшим условием реализации РП является создание развивающей и эмоционально – комфортной для ребенка образовательной среды. Пребывание в детском саду должно доставлять ребенку радость, а образовательные ситуации должны быть увлекательными.

Технологии личностно-ориентированного взаимодействия педагога с детьми

Характерные особенности:

- смена педагогического воздействия на педагогическое взаимодействие; изменение направленности педагогического «вектора» — не только от взрослого к ребенку, но и от ребенка к взрослому;
- основной доминантой является выявление личностных особенностей каждого ребенка как индивидуального субъекта познания и других видов деятельности;
- содержание образования не должно представлять собой только лишь набор социокультурных образцов в виде правил, приемов действия, поведения, оно должно включать содержание субъектного опыта ребенка как опыта его индивидуальной жизнедеятельности, без чего содержание образования становится обезличенным, формальным, невостребованным.

Технологии проектной деятельности

Развитие и обогащение социально-личностного опыта ребёнка посредством включения детей в сферу межличностного взаимодействия. Сюда включаются такие формы организации: работа в группах, парах; беседы, дискуссии. Предполагаются активные методы: взаимодействия, метод экспериментирования, метод рефлексивной деятельности, метод наблюдения и сравнения.

Алгоритм деятельности педагога:

- ✓ педагог ставит перед собой цель, исходя из потребностей и интересов детей;
- ✓ вовлекает дошкольников в решение проблемы

- ✓ намечает план движения к цели (поддерживает интерес детей и родителей);
- ✓ обсуждает план с семьями;
- ✓ обращается за рекомендациями к воспитателям ДОУ;
- ✓ вместе с детьми и родителями составляет план-схему проведения проекта;
- ✓ собирает информацию, материал;
- ✓ проводит занятия, игры, поездки (мероприятия основной части проекта);
- ✓ дает домашние задания родителям и детям;
- ✓ поощряет самостоятельные творческие работы детей и родителей (поиск материалов, информации, изготовлении поделок, рисунков, альбомов и т.п.);
- ✓ организует презентацию проекта (праздник, открытое занятие, соревнование), составляет книгу, альбом совместный с детьми;
- ✓ подводит итоги (выступает на педсовете, обобщает опыт работы).

Игровые технологии

Методы и приемы организации педагогического процесса в форме различных педагогических игр с четко поставленными целями обучения и соответствующими им педагогическими результатами. Игра – один из основных видов деятельности человека, удивительный феномен нашего существования. Игра – это вид деятельности в условиях ситуаций, направленных на воссоздание и усвоение общественного опыта, в котором складывается и совершенствуется самоуправление поведением. Являясь развлечением, игра способна перейти в обучение, в творчество, в модель типа человеческих отношений.

Классификация методов:

Метод – это сердцевина учебного процесса, связующее звено между спроектированной целью и конечным результатом. Его роль в системе «цели – содержание – методы – формы – средства обучения является определяющей. (И.П. Подласый)

Наглядные методы включают организацию наблюдений, показ предметов, картин, иллюстраций; использование ТСО и дидактических пособий и др.

Непосредственные наглядные методы (наблюдение, экскурсия, осмотр, и т.д.).

Словесные методы связаны с использованием слова как средства коммуникации, передачи информации. С развитием наглядно-образного мышления у детей старшего дошкольного возраста показ заменяется объяснением, чаще пользуются рассказ, беседа, словесные дидактические игры и пр.

Практические методы связаны с освоением и применением знаний, умений и навыков в практической деятельности, посредством упражнений, в различных играх, инсценировках, проектах, поручениях, тренингах и т.д.

Информационно-рецептивный метод - передача знаний в «готовом» виде с использованием различных источников информации. Главные и нередко единственные психические процессы, задействованные при использовании данного метода, – восприятие и память.

Репродуктивный метод - передача «готовых» знаний сопровождается объяснением, многократным повторением информации педагогом и требует ее осознания, понимания ребенком. Критерием качества образовательного процесса становится правильное воспроизведение (репродукция) детьми изученного материала.

Форма обучения (или педагогическая форма)

– это устойчивая завершенная организация педагогического процесса в единстве всех его компонентов. Формы обучения можно разделить на группы:

- **простые формы обучения**, которые построены на минимальном количестве методов и средств и посвящены, как правило, одной теме (беседа, рассказ, экскурсия, наблюдение, упражнение, любая другая) игра, и пр.);

- **составные формы обучения**, которые строятся на развитии простых форм обучения или на их разнообразных сочетаниях (занятие, конкурс, досуг, викторина, соревнование, Олимпиада и пр.);
- **комплексные формы обучения**, которые создаются как целенаправленная подборка (комплекс) простых и составных форм (детско-родительские (и иные) проекты, тематические дни, недели спорта и т.д.).

Особенности взаимодействия с семьями воспитанников

В соответствии с законодательством и основными направлениями развития образования большое значение придается идее партнерского взаимодействия семьи и образовательного учреждения, родителей и педагогов как участников образовательного процесса. Эти права определены ФЗ «Об образовании в РФ», Типовым положением о ДООУ, Уставом ДООУ, родительским договором.

Взаимодействие с семьей осуществляется в соответствии со следующими принципами: целенаправленность, систематичность, плановость; дифференцированный подход к работе с родителями с учетом специфики каждой семьи; возрастной характер работы с родителями; доброжелательность, открытость.

Направление деятельности:

- Приобщение родителей к участию в жизни детского сада;
- Установление партнерских отношений с семьей каждого воспитанника, объединение усилий для развития и воспитания детей;
- Возрождение традиций семейного воспитания.

Исходя из этих направлений, осуществляется работа по взаимодействию с семьями дошкольников.

Виды взаимоотношений ДООУ с семьями воспитанников

Сотрудничество – это общение на равных, где ни одной из сторон взаимодействия не принадлежит привилегия указывать, контролировать, оценивать

Взаимодействие – способ организации совместной деятельности, которая осуществляется на основании социальной перцепции и с помощью общения.

(Возможные формы взаимодействия с семьями воспитанников МДОУ по включению их в образовательный процесс представлены в Приложении к РП).

3. Организационный раздел

3.1. Материально-техническое оснащение

Развивающая предметно-пространственная среда физкультурного зала, спортивного участка и физкультурного центра группы обеспечивает физическое развитие и возможность двигательной активности детей.

Развивающая предметно-пространственная среда соответствует требованиям ФГОС ДО, она является: содержательно-насыщенной, трансформируемой, полифункциональной, вариативной, доступной и безопасной.

(Содержание предметно-пространственной среды физкультурного зала и спортивного участка представлены в Приложении к РП).

Информационно - методическое обеспечение

Для реализации образовательной области используются дополнительные программы и педагогические технологии:

Раздел «Физическая культура»

<p>Перечень программ и технологий</p>	<p>ОТ РОЖДЕНИЯ ДО ШКОЛЫ. Основная общеобразовательная программа дошкольного образования/ Под ред. Н. Е. Вераксы, Т. С. Комаровой, М. А. Васильевой. - М.: МОЗАИКА-СИНТЕЗ, 2010.</p> <p>Программа «Физкультура от 3-х до 7»</p> <p>Автор В.П.Щербаков, «Центр инновации в педагогике», М.;1996.</p> <p>Программно-методическое пособие «Расту здоровым»</p> <p>Автор В.Н.Зимонина, «Владос», М.; 2002.</p> <p>Программа «Здравствуй»</p> <p>Автор М.Л.Лазарев, « Академия здоровья», М.; 1997.</p> <p>Физическое воспитание в детском саду / Э.Я. Степаненкова. – М.: Мозаика-синтез, 2004.</p> <p>Теория и методика физического воспитания и развития ребенка / Э.Я. Степаненкова. – М.: Academia, 2001.</p>
<p>Технологии и пособия</p>	<p>Двигательная активность ребенка в детском саду / М.А. Рунова. – М.: Мозаика-синтез, 2000.</p> <p>Ознакомление с природой через движение / М.А. Рунова, А.В. Бутилова. – М.: Мозаика-синтез, 2006</p> <p>Физкультурное и спортивно-игровое оборудование для дошкольных образовательных учреждений / Т.И. Осокина, Е.А. Тимофеева, М.А. Рунова. – М.: Мозаика-синтез, 1999.</p> <p>Физическая культура – дошкольникам / Л.Д. Глазырина. – М.: Владос, 2004.</p> <p>Физическая культура в младшей группе детского сада / Л.Д. Глазырина. – М.: Владос, 2005.</p> <p>Физическая культура в средней группе детского сада / Л.Д. Глазырина. – М.: Владос, 2005.</p> <p>Физическая культура в старшей группе детского сада / Л.Д. Глазырина. – М.: Владос, 2005.</p> <p>Физическая культура в подготовительной группе детского сада / Л.Д. Глазырина. – М.: Владос, 2005.</p>

<p>Физкультура – это радость / Л.Н. Сивачева. – СПб.: Детство-пресс, 2001.</p> <p>С физкультурой дружить - здоровым быть / М.Д. Маханева. – М.: ТЦ «Сфера», 2009.</p> <p>Нетрадиционные занятия физкультурой в дошкольном образовательном учреждении / Н.С. Галицына. – М.: Скрепторий, 2004.</p> <p>Физическое развитие и здоровье детей 3-7 лет / Л.В. Яковлева, Р.А. Юдина. – М.: Владос, 2003.</p> <p>Тематические физкультурные занятия и праздники в дошкольном учреждении / А.П. Щербак. – М.: Владос, 1999.</p> <p>Физкультурные праздники в детском саду / В.Н. Шебеко, Н.Н. Ермак. – М.: Просвещение, 2003.</p> <p>Подвижные игры и игровые упражнения для детей 5-7 лет / Л.И. Пензулаева. – М.: Владос, 2002.</p> <p>Лечебная физкультура для дошкольников / О.В. Козырева. – М.: Просвещение, 2003.</p> <p>Пензулаева Л. И. Физкультурные занятия в детском саду. Вторая младшая группа. — М.: Мозаика-Синтез, 2009-2010.</p> <p>Пензулаева Л. И. Физкультурные занятия в детском саду. Средняя группа. -М.: Мозаика-Синтез, 2009-2010.</p> <p>Пензулаева Л.И. Физкультурные занятия в детском саду. Старшая группа. - М.: Мозаика-Синтез, 2010.</p> <p>Степаненкова Э. Я. Методика физического воспитания. — М., 2005.</p> <p>Степаненкова Э. Я. Методика проведения подвижных игр. — М.: Мозаика-Синтез, 2008-2010.</p> <p>Степаненкова Э. Я. Физическое воспитание в детском саду, — М.: Мозаика-Синтез, 2005-2010.</p>

Раздел «Здоровье»

<p>Перечень программ и технологий</p>	<p>ОТ РОЖДЕНИЯ ДО ШКОЛЫ. Основная общеобразовательная программа дошкольного образования/ Под ред. Н. Е. Вераксы, Т. С. Комаровой, М. А. Васильевой. - М.: МОЗАИКА-СИНТЕЗ, 2010.</p> <p><u>Программно-методическое пособие «Расту здоровым»</u> Автор В.Н.Зимонина, «Владос» М.; 2002.</p> <p><u>Программа «Здравствуй»</u> Автор М.Л.Лазарев, « Академия здоровья», М.; 1997.</p>
<p>Технологии и пособия</p>	<p>Охрана здоровья детей в дошкольных учреждениях / Т.Л. Богина. – М.: Мозаика-синтез, 2006.</p> <p>Букварь здоровья / Л.В. Баль, В.В.Ветрова. – М.: Эксмо, 1995.</p> <p>Уроки Мойдодыра / Г.Зайцев. – СПб.: Акцидент, 1997.</p> <p>Уроки этикета / С.А. Насонкина. – СПб.: Акцидент, 1996.</p> <p>Разговор о правильном питании / М.М. Безруких, Т.А. Филиппова. – М.: Олма-Пресс, 2000.</p> <p>Уроки здоровья / Под ред. С.М.Чечельницкой.</p> <p>Как воспитать здорового ребенка / В.Г. Алямовская. – М.: linka-press, 1993.</p> <p>Воспитание здорового ребенка / М.Д. Маханева. – М.: Аркти, 1997.</p> <p>Современные методики оздоровления детей дошкольного возраста в условиях детского сада / Л.В. Кочеткова. – М.: МДО, 1999.</p> <p>Здоровьесберегающие технологии воспитания в детском саду / Под ред. Т.С. Яковлевой. – М.: Школьная пресса, 2006.</p> <p>Растем здоровыми / В.А. Доскин, Л.Г. Голубева. – М.: Просвещение, 2002.</p> <p>Развивающая педагогика оздоровления / В.Т. Кудрявцев, Б.Б. Егоров. – М.: Линка-пресс, 2000.</p> <p>Новикова И. М. Формирование представлений о здоровом образе жизни у дошкольников. — М.; Мозаика-Синтез, 2009-2010.</p> <p>Пензулаева Л. И. Оздоровительная гимнастика для детей 3-7 лет. — М.: Мозаика-Синтез, 2009-2010.</p>

При выборе парциальных программ, технологий, методических пособий учитывались следующие факторы: соответствие их целей и задач образовательной программе ДОУ, возможность освоения педагогами ДОУ данных технологий и программ; соответствие материального обеспечения дошкольного учреждения технологическим требованиям.

3.2. Проектирование образовательного процесса в соответствии с контингентом воспитанников, их индивидуальными и возрастными особенностями

Структура образовательного года:

1 сентября – начало образовательного года.

1 – 15 сентября – адаптационный период (ранний возраст)

1 сентября– 25 декабря – образовательный период.

16 октября – 4 ноября – оценка усвоения образовательной программы

25 декабря – 10 января – новогодние каникулы «Мастерская Деда Мороза».

11 января – 20 февраля - образовательный период.

20 февраля – 27 февраля – «Неделя здоровья» - каникулы.

27 февраля– 31 мая - образовательный период.

9 – 20 марта – оценка усвоения образовательной программы

Апрель – май – Дни защиты от экологической опасности

1 июня – 31 августа – летний оздоровительный период.

3я – 4я неделя апреля – педагогическая диагностика

30 апреля – 31 мая - образовательный период.

1 июня – 31 августа – летний оздоровительный период.

Структура организации раздела «Физическая культура»

В соответствии с Санитарно – эпидемиологическими требованиями к устройству, содержанию и организации режима работы дошкольных образовательных организаций (СанПиН 2.4.1.3049-13) раздел XII «Требования к организации физического воспитания» *п. 12.4.*: с детьми второго и третьего года жизни занятия по физическому развитию осуществляют по подгруппам 2 – 3 раза в неделю; *п. 12.5.* – для детей в возрасте от 3 до 7 лет организуются не менее 3 раз в неделю. Один раз в неделю для детей **5-7 лет** следует круглогодично организовывать занятия по физическому развитию на открытом воздухе. Их проводят *только* при отсутствии у детей медицинских противопоказаний и *наличии у детей спортивной одежды*, соответствующей погодным условиям (таковая отсутствует).

Организованная образовательная деятельность	Количество занятий в неделю
---	-----------------------------

Физическая культура	І младшая группа	ІІ младшая группа	Средняя группа	Старшая группа	Подготовительная группа
	3	3	3	3	3
Длительность 1 занятия (мин)	10	15	20	25	30

Структура физкультурных занятий общепринята: занятие состоит из вводной, основной и заключительной частей.

Выделение частей занятия обусловлено физиологическими, психологическими и педагогическими закономерностями. Вводная часть обеспечивает постепенное включение детей в двигательную деятельность. Основная часть (самая большая по объему и значимости) способствует достижению оптимального уровня работоспособности в соответствии с задачами занятия. Заключительная часть выравнивает функциональное состояние организма детей.

Вводная часть. В эту часть включают упражнения в построениях, перестроениях; различные варианты ходьбы, бега, прыжков с относительно умеренной нагрузкой; несложные игровые задания.

Основная часть. В эту часть включают упражнения на развитие опорно-двигательного аппарата, физических и морально – волевых качеств личности. Эти общеразвивающие упражнения, проводящиеся с разным темпом и амплитудой движения, укрепляют крупные мышечные группы, способствуют формированию правильной осанки, умения ориентироваться в пространстве. Одно из ведущих мест в основной части занятия занимает обучение основным видам движений (ходьба, бег, прыжки, метание, лазанье), обеспечивающим всестороннее воздействие на организм ребенка и его функциональные возможности. В содержание основной части занятия входят также подвижные игры большой и средней интенсивности, несложные игровые задания, эстафеты.

Заключительная часть. В содержание этой части входят упражнения в ходьбе, игры малой подвижности, хороводы, несложные игровые задания.

В середине года (январь) в рабочей программе запланированы для воспитанников детского сада недельные каникулы (СанПиН 2.4.1.2660 – 10), во время которых проводятся занятия только эстетически-оздоровительного цикла (музыкальные, спортивные, изобразительного искусства).

В связи с праздничными днями с 01 января по 10 января, выпадают из непосредственной образовательной деятельности 2 занятия по физической культуре в спортивном зале и 1 занятие по физической культуре на открытом воздухе. Итого 3 занятия по физической культуре.

Расписание организованной образовательной деятельности

Общий объем образовательной нагрузки (как непосредственно организованной образовательной деятельности, так и образовательной деятельности, осуществляемой в ходе режимных моментов) определяется дошкольным образовательным учреждением с учетом:

- действующих санитарно-эпидемиологических правил и нормативов (СанПиН);
- федерального государственного образовательного стандарта дошкольного образования (ФГОС ДО);
- типа и вида учреждения, реализующего основную образовательную программу дошкольного образования, наличия приоритетных направлений образовательной деятельности;
- рекомендаций примерной основной общеобразовательной программы дошкольного образования;
- специфики условий (климатических, демографических, национально-культурных и др.) осуществления образовательного процесса.

В середине времени, отведенного на организованную образовательную деятельность, проводят физкультминутку. Перерывы между периодами непрерывной образовательной деятельности — не менее 10 минут.

В летний период непосредственно организованную образовательную деятельность проводят преимущественно эстетически-оздоровительной направленности. Предпочтение отдается спортивным и подвижным играм, спортивным, музыкальным праздникам, экскурсиям, изобразительной деятельности, увеличивается продолжительность прогулок.

Непосредственно организованную образовательную деятельность, требующую повышенной познавательной активности и умственного напряжения детей в течение учебного года, проводят в первую половину дня и в дни наиболее высокой работоспособности детей (вторник, среда). Для профилактики утомления детей ее сочетают с образовательной деятельностью, направленной на физическое и художественно-эстетическое развитие.

Циклограмма работы инструктора по физической культуре

День недели	Временной период				
Понедельник	08.45-08.55 ООД I младшая «Лапушки» 09.00-09.25 ООД старшая «Морячки» 10.20-10.50 ООД подготовительная группа «Почемучки»	11.00-11.30 Индивидуальная работа	11.40-14.50 Работа с документацией Создание развивающей предметно-пространственной среды		
Вторник	09.00-09.15 ООД II младшая группа «Солнышко» 09.35-09.55 ООД Средняя группа «Фантазеры» 10.20-10.45 ООД Старшая группа «Улыбка»	11.00-11.30 Индивидуальная работа	11.40-15.00 Работа с документацией Создание развивающей предметно-пространственной среды		
Среда	08.45-08.55 ООД I младшая «Лапушки» 09.00-09.25 ООД старшая «Морячки» 10.20-10.50 ООД подготовительная группа «Почемучки»	11.00-11.30 Индивидуальная работа	11.40-15.00 Работа с документацией Создание развивающей предметно-пространственной среды		

Четверг	<p>09.40-09.55 ООД на улице П младшая «Солнышко»</p> <p>10.10-10.30 ООД на улице Средняя группа «Фантазеры»</p> <p>10.40-11.05 ООД на улице Старшая группа «Улыбка»</p> <p>11.15-11.40 ООД на улице Старшая группа «Морячки»</p>		<p>11.50-13.00</p> <p>Работа с документацией</p> <p>Создание развивающей предметно-пространственной среды</p>	<p>13.00-15.00</p> <p>Методический час (повышение квалификации, консультирование педагогов)</p>	
Пятница	<p>09.00-09.15 ООД П младшая группа «Солнышко»</p> <p>09.35-09.55 ООД Средняя группа «Фантазеры»</p> <p>10.20-10.45 ООД Старшая группа «Улыбка»</p>	<p>11.00-11.30 ООД на улице подготовительная группа «Почемучки»</p>	<p>11.50-15.00</p> <p>Работа с документацией</p> <p>Создание развивающей предметно-пространственной среды</p>		

КОМПОНЕНТЫ ИНТЕГРАТИВНОГО КАЧЕСТВА (вторая младшая группа)

Развитие физических качеств (скоростных, силовых, гибкости, выносливости, координации):

1. Энергично отталкивается в прыжках на двух ногах, прыгает в длину с места не менее чем на 40 см;
2. Проявляет ловкость в челночном беге;
3. Умеет бегать, сохраняя равновесие, изменяя направление, темп бега в соответствии с указаниями педагога.

Накопление и обогащение двигательного опыта детей (овладение основными движениями):

4. Сохраняет равновесие при ходьбе и беге по ограниченной плоскости, при перешагивании через предметы;
5. Может ползать на четвереньках, лазать по лесенке-стремянке, гимнастической стенке произвольным способом;
6. Умеет ходить прямо, не шаркая ногами, сохраняя заданное воспитателем направление;
7. Может катать мяч в заданном направлении с расстояния 1,5 м, бросать мяч двумя руками от груди, из-за головы; ударять мячом об пол, бросать его вверх 2-3 раза подряд и ловить; метать предметы правой и левой рукой на расстояние не менее 5м.

Формирование у воспитанников потребности в двигательной активности и физическом совершенствовании:

8. Принимает участие в совместных играх и физических упражнениях;
9. Проявляет интерес к физическим упражнениям, умеет пользоваться физкультурным оборудованием в свободное время;
10. Проявляет положительные эмоции, активность в самостоятельной и двигательной деятельности;
11. Проявляет самостоятельность в использовании спортивного оборудования (санки, лыжи, трехколесный велосипед);
12. Проявляет самостоятельность и творчество при выполнении физических упражнений, в подвижных играх.

ОЦЕНКА УРОВНЯ РАЗВИТИЯ

«Высокий» уровень – 3 балла

«Средний» уровень – 2 балла

«Низкий» уровень – 1 балл

ОБЩАЯ ОЦЕНКА УРОВНЯ РАЗВИТИЯ

«Ниже среднего» - 1 – 1,5

«Средний» - 1,6 – 2,5

«Выше среднего» - 2,6 - 3

КОМПОНЕНТЫ ИНТЕГРАТИВНОГО КАЧЕСТВА (средняя группа)

Развитие физических качеств (скоростных, силовых, гибкости, выносливости, координации):

1. Прыгает в длину с места не менее 70 см;
2. Может пробежать по пересеченной местности в медленном темпе 200-240 м;
3. Бросает набивной мяч (0,5 кг), стоя из-за головы, на 1м.

Накопление и обогащение двигательного опыта детей (овладение основными движениями):

4. Ходит свободно, держась прямо, не опуская головы;
5. Уверенно ходит по бревну (скамейке), удерживая равновесие;
6. Умеет лазать по гимнастической стенке вверх и вниз приставным и чередующимся шагами;
7. В прыжках в длину с места отталкивается двумя ногами и мягко приземляется, подпрыгивает на одной ноге;
8. Ловит мяч руками, многократно ударяет им об пол и ловит его;
9. Бросает предметы вверх, вдаль, в цель, через сетку;
10. Чувствует ритм, умеет ходить, бегать, подпрыгивать, изменять положение тела в такт музыке или под счет.

Формирование у воспитанников потребности в двигательной активности и физическом совершенствовании:

11. Активен, с интересом участвует в подвижных играх;
12. Инициативен, радуется своим успехам в физических упражнениях;
13. Умеет самостоятельно и творчески использовать физкультурный инвентарь для подвижных игр.

ОЦЕНКА УРОВНЯ РАЗВИТИЯ

«Высокий» уровень – 3 балла

«Средний» уровень – 2 балла

«Низкий» уровень – 1 балл

ОБЩАЯ ОЦЕНКА УРОВНЯ РАЗВИТИЯ

«Ниже среднего» - 1 – 1,5

«Средний» - 1,6 – 2,5

«Выше среднего» - 2,6 - 3

КОМПОНЕНТЫ ИНТЕГРАТИВНОГО КАЧЕСТВА (старшая группа)

Развитие физических качеств (скоростных, силовых, гибкости, выносливости, координации):

1. Может прыгать на мягкое покрытие (высота 20 см), прыгать в обозначенное место с высоты 30 см, прыгать в длину с места (не менее 80 см), с разбега (не менее 100 см), в высоту с разбега (не менее 40 см), прыгать через короткую и длинную скакалку;
2. Умеет лазать по гимнастической стенке (высота 2,5 м) с изменением темпа;
3. Умеет метать предметы правой и левой рукой на расстояние 5-9 м, в вертикальную и горизонтальную цель с расстояния 3-4 м, сочетать замах с броском, бросать мяч вверх, о землю и ловить его одной рукой, отбивать мяч на месте не менее 10 раз, в ходьбе (расстояние 6 м). Владеет школой мяча.

Накопление и обогащение двигательного опыта детей (овладение основными движениями):

4. Умеет ходить и бегать легко, ритмично, сохраняя правильную осанку, направление и темп;
5. Выполняет упражнения на статическое и динамическое равновесие;
6. Умеет перестраиваться в колонну по трое, четверо; равняться, размыкаться в колонне, шеренге; выполнять повороты направо, налево, кругом;
7. Ходит на лыжах скользящим шагом на расстояние около 2 км; ухаживает за лыжами;
8. Умеет кататься на самокате;
9. Умеет плавать (произвольно);
10. Участвует в спортивных играх и упражнениях, в играх с элементами соревнования, играх-эстафетах.

Формирование у воспитанников потребности в двигательной активности и физическом совершенствовании:

11. Участвует в упражнениях с элементами спортивных игр: городки, бадминтон, футбол, хоккей;
12. Проявляет самостоятельность, творчество, выразительность и грациозность движений;
13. Умеет самостоятельно организовывать знакомые подвижные игры;
14. Проявляет интерес к разным видам спорта.

ОЦЕНКА УРОВНЯ РАЗВИТИЯ

- «Высокий» уровень – 3 балла
- «Средний» уровень – 2 балла
- «Низкий» уровень – 1 балл

ОБЩАЯ ОЦЕНКА УРОВНЯ РАЗВИТИЯ

- «Выше среднего» - 2,6 - 3
- «Средний» - 1,6 – 2,5
- «Ниже среднего» - 1 – 1,5

КОМПОНЕНТЫ ИНТЕГРАТИВНОГО КАЧЕСТВА (подготовительная группа)

Развитие физических качеств (скоростных, силовых, гибкости, выносливости, координации):

1. Может прыгать на мягкое покрытие (с высоты до 40 см), мягко приземляться, прыгать в длину с места (на расстояние не менее 100 см), с разбега (180 см), в высоту с разбега (не менее 50 см), прыгать через короткую и длинную скакалку разными способами;
2. Может перебрасывать набивные мячи (вес 1 кг), бросать предметы в цель из разных исходных положений, попадать в вертикальную и горизонтальную цель с расстояния 4-5 м, метать предметы правой и левой рукой на расстояние 5-12 м, метать предметы в движущуюся цель;
3. Ходит на лыжах: переменным скользящим шагом на расстояние 3 км, поднимается на горку, спускается с нее, тормозит при спуске;
4. Плавает произвольно на расстояние 15 м;
5. Проявляет статическое и динамическое равновесие, координацию движений при выполнении сложных упражнений.

Накопление и обогащение двигательного опыта детей (овладение основными движениями):

6. Выполняет правильно технику всех видов основных движений: ходьбы, бег, прыжков, метания, лазания;
7. Умеет перестраиваться: в 3-4 колонны, в 2-3 круга на ходу, в две шеренги после расчета на 1-2, соблюдать интервалы во время передвижения;
8. Выполняет физические упражнения из разных исходных положений четко и ритмично, в заданном темпе, под музыку, по словесной инструкции;
9. Следит за правильной осанкой.

Формирование у воспитанников потребности в двигательной активности и физическом совершенствовании:

10. Участвует в играх с элементами спорта (городки, бадминтон, баскетбол, футбол, хоккей, настольный теннис);
11. Умеет самостоятельно организовывать подвижные игры, придумывать собственные игры;
12. Проявляет интерес к физической культуре и спорту, отдельным достижениям в области спорта;
13. Проявляет интерес к спортивным играм и упражнениям (городки, бадминтон, баскетбол, теннис, хоккей, футбол).

ОЦЕНКА УРОВНЯ РАЗВИТИЯ

- «Высокий» уровень – 3 балла
- «Средний» уровень – 2 балла
- «Низкий» уровень – 1 балл

ОБЩАЯ ОЦЕНКА УРОВНЯ РАЗВИТИЯ

- «Выше среднего» - 2,6 - 3
- «Средний» - 1,6 – 2,5
- «Ниже среднего» - 1 – 1,5

Содержание образовательной области «Физическое развитие»

		I младшая	II младшая	Средняя	Старшая	Подготовительная
Основные движения	Ходьба	<p>Ходьба подгруппами и всей группой, парами, по кругу, взявшись за руки, с изменением темпа, с переходом на бег, и наоборот, с изменением направления, враспынную (после 2 лет 6 месяцев), обходя предметы, приставным шагом вперед, в стороны.</p>	<p>Ходьба обычная, на носках, с высоким подниманием колена, в колонне по одному, по два (парами); в разных направлениях: по прямой, по кругу, змейкой (между предметами), враспынную. Ходьба с выполнением заданий (с остановкой, приседанием, поворотом).</p>	<p>Ходьба обычная, на носках, на пятках, на наружных сторонах стоп, ходьба с высоким подниманием колен, мелким и широким шагом, приставным шагом в сторону (направо и налево). Ходьба в колонне по одному, по двое (парами). Ходьба по прямой, по кругу, вдоль границ зала, змейкой (между предметами), враспынную. Ходьба с выполнением заданий (присесть, изменить положение рук); ходьба в чередовании с бегом, прыжками, изменением направления, темпа, со сменой направляющего.</p>	<p>Ходьба обычная, на носках (руки за голову), на пятках, на наружных сторонах стоп, с высоким подниманием колена (бедр), перекатом с пятки на носок, приставным шагом вправо и влево. Ходьба в колонне по одному, по двое, по трое, вдоль стен зала с поворотом, с выполнением различных заданий воспитателя.</p>	<p>Ходьба обычная, на носках с разными положениями рук, на пятках, на наружных сторонах стоп, с высоким подниманием колена (бедр), широким и мелким шагом, приставным шагом вперед и назад, гимнастическим шагом, перекатом с пятки на носок; ходьба в полуприседе. Ходьба в колонне по одному, по двое, по трое, по четыре, в шеренге. Ходьба в разных направлениях: по кругу, по прямой с поворотами, змейкой, враспынную. Ходьба в сочетании с другими видами движений.</p>

		I младшая	II младшая	Средняя	Старшая	Подготовительная
Основные движения	Упражнения в равновесии	<p>Ходьба по прямой дорожке (ширина 20 см, длина 2–3 м) с перешагиванием через предметы (высота 10–15 см); по доске, гимнастической скамейке, бревну (ширина 20–25 см). Кружение в медленном темпе (с предметом в руках).</p>	<p>Ходьба по прямой дорожке (ширина 15–20 см, длина 2–2,5 м), по доске, гимнастической скамейке, бревну, приставляя пятку одной ноги к носку другой; ходьба по ребристой доске, с перешагиванием через предметы, рейки, по лестнице, положенной на пол. Ходьба по наклонной доске (высота 30–35 см). Медленное кружение в обе стороны.</p>	<p>Ходьба между линиями (расстояние 10–15 см), по линии, по веревке (диаметр 1,5–3 см), по доске, гимнастической скамейке, бревну (с перешагиванием через предметы, с поворотом, с мешочком на голове, ставя ногу с носка, руки в стороны). Ходьба по ребристой доске, ходьба и бег по наклонной доске вверх и вниз (ширина 15–20 см, высота 30–35 см). Перешагивание через рейки лестницы, приподнятой на 20–25 см от пола, через набивной мяч (поочередно через 5–6 мячей, положенных на расстоянии друг от друга), с разными положениями рук. Кружение в обе стороны (руки на поясе).</p>	<p>Ходьба по узкой рейке гимнастической скамейки, веревке (диаметр 1,5–3 см), по наклонной доске прямо и боком, на носках. Ходьба по гимнастической скамейке, с перешагиванием через набивные мячи, приседанием на середине, раскладыванием и собиранием предметов, прокатыванием перед собой мяча двумя руками, боком (приставным шагом), с мешочком песка на голове. Ходьба по наклонной доске вверх и вниз на носках, боком (приставным шагом). Кружение парами, держась за руки.</p>	<p>Ходьба по гимнастической скамейке боком приставным шагом; с набивным мешочком на спине; приседая на одной ноге и пронося другую махом вперед сбоку скамейки; поднимая прямую ногу и делая под ней хлопок; с остановкой посередине и перешагиванием (палки, веревки), с приседанием и поворотом кругом, с перепрыгиванием через ленточку. Ходьба по узкой рейке гимнастической скамейки, по веревке (диаметр 1,5–3 см) прямо и боком. Кружение с закрытыми глазами (с остановкой и выполнением различных фигур).</p>

		I младшая	II младшая	Средняя	Старшая	Подготовительная
Основные движения	Бег	Бег подгруппами и всей группой в прямом направлении, друг за другом, в колонне по одному, в медленном темпе в течение 30–40 секунд (непрерывно), с изменением темпа. Бег между двумя шнурами, линиями (расстояние между ними 25–30 см).	Бег обычный, на носках (подгруппами и всей группой), с одного края площадки на другой, в колонне по одному, в разных направлениях: по прямой, извилистой дорожке (ширина 25–50 см, длина 5–6 м), по кругу, змейкой, враспынную; бег с выполнением заданий (останавливаться, убежать от догоняющего, догонять убегающего, бежать по сигналу в указанное место), бег с изменением темпа (в медленном темпе в течение 50–60 секунд, в быстром темпе на расстояние 10 м).	Бег обычный, на носках, с высоким подниманием колен, мелким и широким шагом. Бег в колонне (по одному, по двое); бег в разных направлениях: по кругу, змейкой (между предметами), враспынную. Бег с изменением темпа, со сменой ведущего. Непрерывный бег в медленном темпе в течение 1–1,5 минуты. Бег на расстояние 40–60 м со средней скоростью; челночный бег 3 раза по 10 м; бег на 20 м (5,5–6 секунд; к концу года).	Бег обычный, на носках, с высоким подниманием колена (бедра), мелким и широким шагом, в колонне по одному, по двое; змейкой, враспынную, с препятствиями. Непрерывный бег в течение 1,5–2 минут в медленном темпе, бег в среднем темпе на 80–120 м (2–3 раза) в чередовании с ходьбой; челночный бег 3 раза по 10 м. Бег на скорость: 20 м примерно за 5–5,5 секунды (к концу года — 30 м за 7,5–8,5 секунды). Бег по наклонной доске вверх и вниз на носках, боком, приставным шагом. Кружение парами, держась за руки.	Бег обычный, на носках, высоко поднимая колено, сильно сгибая ноги назад, выбрасывая прямые ноги вперед, мелким и широким шагом. Бег в колонне по одному, по двое, из разных исходных положений, в разных направлениях, с различными заданиями, с преодолением препятствий. Бег со скакалкой, с мячом, по доске, бревну, в чередовании с ходьбой, прыжками, с изменением темпа. Непрерывный бег в течение 2–3 минут. Бег со средней скоростью на 80–120 м (2–4 раза) в чередовании с ходьбой; челночный бег 3–5 раз по 10 м. Бег на скорость: 30 м примерно за 6,5–7,5 секунды к концу года.

		І младшая	ІІ младшая	Средняя	Старшая	Подготовительная
Основные движения	Ползание, лазанье	Ползание на четвереньках по прямой (расстояние 3–4 м); по доске, лежащей на полу; по наклонной доске, приподнятой одним концом на высоту 20–30 см; по гимнастической скамейке. Подлезание под воротца, веревку (высота 30–40 см), перелезание через бревно. Лазанье по лесенке-стремянке, гимнастической стенке вверх и вниз (высота 1,5 м) удобным для ребенка способом.	Ползание на четвереньках по прямой (расстояние 6 м), между предметами, вокруг них; подлезание под препятствие (высота 50 см), не касаясь руками пола; пролезание в обруч; перелезание через бревно. Лазанье по лесенке-стремянке, гимнастической стенке (высота 1,5 м).	Ползание на четвереньках по прямой (расстояние 10 м), между предметами, змейкой, по горизонтальной и наклонной доске, скамейке, по гимнастической скамейке на животе, подтягиваясь руками. Ползание на четвереньках, опираясь на стопы и ладони; подлезание под веревку, дугу (высота 50 см) правым и левым боком вперед. Пролезание в обруч, перелезание через бревно, гимнастическую скамейку. Лазанье по гимнастической стенке (перелезание с одного пролета на другой вправо и влево).	Ползание на четвереньках змейкой между предметами в чередовании с ходьбой, бегом, переползанием через препятствия; ползание на четвереньках (расстояние 3–4 м), толкая головой мяч; ползание по гимнастической скамейке, опираясь на предплечья и колени, на животе, подтягиваясь руками. Перелезание через несколько предметов подряд, пролезание в обруч разными способами, лазанье по гимнастической стенке (высота 2,5 м) с изменением темпа, перелезание с одного пролета на другой, пролезание между рейками.	Ползание на четвереньках по гимнастической скамейке, бревну; ползание на животе и спине по гимнастической скамейке, подтягиваясь руками и отталкиваясь ногами. Пролезание в обруч разными способами; подлезание под дугу, гимнастическую скамейку несколькими способами подряд (высота 35–50 см). Лазанье по гимнастической стенке с изменением темпа, сохранением координации движений, использованием перекрестного и одноименного движения рук и ног, перелезанием с пролета на пролет по диагонали.

		I младшая	II младшая	Средняя	Старшая	Подготовительная
Основные движения	Прыжки	<p>Прыжки на двух ногах на месте, слегка продвигаясь вперед; прыжки на двух ногах через шнур (линию); через две параллельные линии (10–30 см). Прыжки вверх с касанием предмета, находящегося на 10–15 см выше поднятой руки ребенка.</p>	<p>Прыжки на двух ногах на месте, с продвижением вперед (расстояние 2–3 м), из кружка в кружок, вокруг предметов, между ними, прыжки с высоты 15–20 см, вверх с места, доставая предмет, подвешенный выше поднятой руки ребенка; через линию, шнур, через 4–6 линий (поочередно через каждую); через предметы (высота 5 см); в длину с места через две линии (расстояние между ними 25–30 см); в длину с места на расстояние не менее 40 см.</p>	<p>Прыжки на месте на двух ногах (20 прыжков 2–3 раза в чередовании с ходьбой), продвигаясь вперед (расстояние 2–3 м), с поворотом кругом. Прыжки: ноги вместе, ноги врозь, на одной ноге (на правой и левой поочередно). Прыжки через линию, поочередно через 4–5 линий, расстояние между которыми 40–50 см. Прыжки через 2–3 предмета (поочередно через каждый) высотой 5–10 см. Прыжки с высоты 20–25 см, в длину с места (не менее 70 см). Прыжки с короткой скакалкой.</p>	<p>Прыжки на двух ногах на месте (по 30–40 прыжков 2–3 раза) в чередовании с ходьбой, разными способами (ноги скрестно, ноги врозь, одна нога вперед — другая назад), продвигаясь вперед (на расстояние 3–4 м). Прыжки на одной ноге (правой и левой) на месте и продвигаясь вперед, в высоту с места прямо и боком через 5–6 предметов — поочередно через каждый (высота 15–20 см). Прыжки на мягкое покрытие высотой 20 см, прыжки с высоты 30 см в обозначенное место, прыжки в длину с места (не менее 80 см), в длину с разбега (примерно 100 см), в высоту с разбега (30–40 см). Прыжки через короткую скакалку, вращая ее вперед и назад, через длинную скакалку (неподвижную и качающуюся).</p>	<p>Прыжки на двух ногах: на месте (разными способами) по 30 прыжков 3–4 раза в чередовании с ходьбой, с поворотом кругом, продвигаясь вперед на 5–6 м, с зажатым между ног мешочком с песком. Прыжки на одной ноге через линию, веревку вперед и назад, вправо и влево, на месте и с продвижением. Прыжки вверх из глубокого приседа, на мягкое покрытие с разбега (высота до 40 см). Прыжки с высоты 40 см, в длину с места (около 100 см), в длину с разбега (180–190 см), вверх с места, доставая предмет, подвешенный на 25–30 см выше поднятой руки ребенка, с разбега (не менее 50 см). Прыжки через короткую скакалку разными способами (на двух ногах, с ноги на ногу), через длинную скакалку. Подпрыгивание на двух ногах, стоя на скамейке, продвигаясь вперед.</p>

	I младшая	II младшая	Средняя	Старшая	Подготовительная
Групповые упражнения с переходами		<p>Построение в колонну по одному, шеренгу, круг; перестроение в колонну по два, враспынную; размыкание и смыкание обычным шагом; повороты на месте направо, налево переступанием.</p>	<p>Построение в колонну по одному, в шеренгу, в круг; перестроение в колонну по два, по три; равнение по ориентирам; повороты направо, налево, кругом; размыкание и смыкание.</p>	<p>Построение в колонну по одному, в шеренгу, круг; перестроение в колонну по двое, по трое; равнение в затылок, в колонне, в шеренге. Размыкание в колонне — на вытянутые руки вперед, в шеренге — на вытянутые руки в стороны. Повороты направо, налево, кругом переступанием, прыжком.</p>	<p>Построение (самостоятельно) в колонну по одному, в круг, шеренгу. Перестроение в колонну по двое, по трое, по четыре на ходу, из одного круга в несколько (2—3). Расчет на «первый-второй» и перестроение из одной шеренги в две; равнение в колонне, шеренге, круге; размыкание и смыкание приставным шагом; повороты направо, налево, кругом.</p>

		І младшая	ІІ младшая	Средняя	Старшая	Подготовительная
Основные движения	Бросание, ловля, метание	<p>Катание мяча двумя руками и одной рукой педагогу, друг другу, под дугу, стоя и сидя (расстояние 50–100 см); бросание мяча вперед двумя руками снизу, от груди, из-за головы, через шнур, натянутый на уровне груди ребенка, с расстояния 1–1,5 м, через сетку, натянутую на уровне роста ребенка. Метание мячей, набивных мешочков, шишек на дальность правой и левой рукой; в горизонтальную цель — двумя руками, правой (левой) рукой с расстояния 1 м. Ловля мяча, брошенного педагогом с расстояния 50–100 см.</p>	<p>Катание мяча (шарика) друг другу, между предметами, в воротца (ширина 50–60 см). Метание на дальность правой и левой рукой (к концу года на расстоянии 2,5–5 м), в горизонтальную цель двумя руками снизу, от груди, правой и левой рукой (расстояние 1,5–2 м), в вертикальную цель (высота центра мишени 1,2 м) правой и левой рукой (расстояние 1–1,5 м). Ловля мяча, брошенного воспитателем</p>	<p>Прокатывание мячей, обручей друг другу между предметами. Бросание мяча друг другу снизу, из-за головы и ловля его (на расстоянии 1,5 м); перебрасывание мяча двумя руками из-за головы и одной рукой через препятствия (с расстояния 2 м). Бросание мяча вверх, о землю и ловля его двумя руками (3–4 раза подряд), отбивание мяча о землю правой и левой рукой (не менее 5 раз подряд). Метание предметов на дальность (не менее 3,5–6,5 м), в горизонтальную цель (с расстояния 2–2,5 м) правой и левой рукой, в вертикальную цель (высота центра мишени 1,5 м) с расстояния 1,5–2 м.</p>	<p>Бросание мяча вверх, о землю и ловля его двумя руками (не менее 10 раз подряд); одной рукой (правой, левой не менее 4–6 раз); бросание мяча вверх и ловля его с хлопками. Перебрасывание мяча из одной руки в другую, друг другу из разных исходных положений и построений, различными способами (снизу, из-за головы, от груди, с отскоком от земли). Отбивание мяча о землю на месте с продвижением шагом вперед (на расстояние 5–6 м), прокатывание набивных мячей (вес 1 кг). Метание предметов на дальность (не менее 5–9 м), в горизонтальную и вертикальную цель (центр мишени на высоте 1 м) с расстояния 3–4 м.</p>	<p>Перебрасывание мяча друг другу снизу, из-за головы (расстояние 3–4 м), из положения сидя ноги скрестно; через сетку. Бросание мяча вверх, о землю, ловля его двумя руками (не менее 20 раз), одной рукой (не менее 10 раз), с хлопками, поворотами. Отбивание мяча правой и левой рукой поочередно на месте и в движении. Ведение мяча в разных направлениях. Перебрасывание набивных мячей. Метание на дальность (6–12 м) левой и правой рукой. Метание в цель из разных положений (стоя, стоя на коленях, сидя), метание в горизонтальную и вертикальную цель (с расстояния 4–5 м), метание в движущуюся цель.</p>

		I младшая	II младшая	Средняя	Старшая	Подготовительная
Общеразвивающие упражнения	Для кистей рук, развития и укрепления мышц плечевого пояса	Поднимать руки вперед, вверх, в стороны; скрещивать их перед грудью и разводить в стороны. Отводить руки назад, за спину; сгибать и разгибать их. Хлопать руками перед собой, над головой, размахивать вперед-назад, вниз-вверх.	Поднимать и опускать прямые руки вперед, вверх, в стороны (одновременно, поочередно). Переключать предметы из одной руки в другую перед собой, за спиной, над головой. Хлопать в ладоши перед собой и отводить руки за спину. Вытягивать руки вперед, в стороны, поворачивать их ладонями вверх, поднимать и опускать кисти, шевелить пальцами.	Поднимать руки вперед, в стороны, вверх (одновременно, поочередно), отводить руки за спину из положений: руки вниз, руки на поясе, руки перед грудью; размахивать руками вперед-назад; выполнять круговые движения руками, согнутыми в локтях. Закладывать руки за голову, разводить их в стороны и опускать. Поднимать руки через стороны вверх, плотно прижимаясь спиной к спинке стула (к стенке); поднимать палку (обруч) вверх, опускать за плечи; сжимать, разжимать кисти рук; вращать кисти рук из исходного положения руки вперед, в стороны.	Разводить руки в стороны из положения руки перед грудью; поднимать руки вверх и разводить в стороны ладонями вверх из положения руки за голову. Поднимать руки со сцепленными в замок пальцами (кисти повернуты тыльной стороной внутрь) вперед-вверх; поднимать руки вверх-назад попеременно, одновременно. Поднимать и опускать кисти; сжимать и разжимать пальцы.	Поднимать рук вверх, вперед, в стороны, вставая на носки (из положения стоя, пятки вместе, носки врозь), отставляя ногу назад на носок, прижимаясь к стенке; поднимать руки вверх из положения руки к плечам. Поднимать и опускать плечи; энергично разгибать согнутые в локтях руки (пальцы сжаты в кулаки), вперед и в стороны; отводить локти назад (рывки 2—3 раза) и выпрямлять руки в стороны из положения руки перед грудью; выполнять круговые движения согнутыми в локтях руками (кисти у плеч). Вращать обруч одной рукой вокруг вертикальной оси, на предплечье и кисти руки перед собой и сбоку; вращать кистями рук.

Общеразвивающие упражнения	Для развития и укрепления мышц спины и гибкости позвоночника	I младшая	II младшая	Средняя	Старшая	Подготовительная
		<p>Поворачиваться вправо-влево, передавая предметы рядом стоящему (сидящему). Наклоняться вперед и в стороны. Поочередно сги- бать и разгибать ноги, сидя на полу. Поднимать и опускать ноги, лежа на спине. Стоя на коленях, садиться на пятки и подниматься.</p>	<p>Передавать мяч друг другу над головой вперед-назад, с поворотом в стороны (вправо-влево). Из исходного положения сидя: поворачиваться (положить предмет позади себя, повернуться и взять его), наклониться, подтянуть ноги к себе, обхватив колени руками. Из исходного положения лежа на спине: одновременно поднимать и опускать ноги, двигать ногами, как при езде на велосипеде. Из исходного положения лежа на животе: сгибать и разгибать ноги (поочередно и вместе), поворачиваться со спины на живот и обратно; прогибаться, приподнимая плечи, разводя руки в стороны.</p>	<p>Поворачиваться в стороны, держа руки на поясе, разводя их в стороны; наклоняться вперед, касаясь пальцами рук носков ног. Наклоняться, выполняя задание: класть и брать предметы из разных исходных положений (ноги вместе, ноги врозь). Наклоняться в стороны, держа руки на поясе. Переключать предметы из одной руки в другую под приподнятой ногой (правой и левой); поднимать, сгибать, выпрямлять и опускать ноги на пол из исходных положений лежа на спине, сидя. Поворачиваться со спины на живот, держа в вытянутых руках предмет. Приподнимать вытянутые вперед руки, плечи и голову, лежа на животе.</p>	<p>Поднимать руки вверх и опускать вниз, стоя у стены и касаясь ее затылком, плечами, спиной, ягодицами и пятками. Поочередно поднимать согнутые прямые ноги, прижавшись к гимнастической стенке и взявшись руками за рейку на уровне пояса. Поворачиваться, разводя руки в стороны, из положений руки перед грудью, руки за голову. Поочередно отводить ноги в стороны из упора, присев; двигать ногами, скрещивая их из исходного положения лежа на спине. Подтягивать голову и ноги к груди (группироваться).</p>	<p>Опускать и поворачивать голову в стороны. Поворачивать туловище в стороны, поднимая руки вверх — в стороны из положения руки к плечам (руки из-за головы). В упоре сидя поднимать обе ноги (оттянув носки), удерживая ноги в этом положении; переносить прямые ноги через скамейку, сидя на ней в упоре сзади. Из положения лежа на спине (закрепив ноги) переходить в положение сидя и снова в положение лежа. Прогибаться, лежа на животе. Из упора присев переходить в упор на одной ноге, отводя другую ногу назад (носок опирается о пол). Поочередно поднимать ногу, согнутую в колене; поочередно поднимать прямую ногу стоя, держась за опору.</p>

		I младшая	II младшая	Средняя	Старшая	Подготовительная
Общеразвивающие упражнения	Для развития и укрепления мышц брюшного пресса и ног	<p>Ходить на месте. Сгибать левую (правую) ноги в колене (с поддержкой) из исходного положения стоя. Приседать, держась за опору; потягиваться, поднимаясь на носки. Выставлять ногу вперед на пятку. Шевелить пальцами ног (сидя).</p>	<p>Подниматься на носки; поочередно ставить ногу на носок вперед, назад, в сторону. Приседать, держась за опору и без нее; приседать, вынося руки вперед; приседать, обхватывая колени руками и наклоняя голову. Поочередно поднимать и опускать ноги, согнутые в коленях. Сидя захватывать пальцами ног мешочки с песком. Ходить по палке, валику (диаметр 6–8 см) приставным шагом, опираясь на них серединой ступни.</p>	<p>Подниматься на носки; поочередно выставлять ногу вперед на пятку, на носок; выполнять притопы; полуприседания (4–5 раз подряд); приседания, держа руки на поясе, вытянув руки вперед, в стороны. Поочередно поднимать ноги, согнутые в коленях. Ходить по палке или по канату, опираясь носками о пол, пятками о палку (канат). Захватывать и перекладывать предметы с места на место стопами ног.</p>	<p>Переступать на месте, не отрывая носки ног от пола. Приседать (с каждым разом все ниже), поднимая руки вперед, вверх, отводя их за спину. Поднимать прямые ноги вперед (махом); выполнять выпад вперед, в сторону (держа руки на поясе, совершая руками движения вперед, в сторону, вверх). Захватывать предметы пальцами ног, приподнимать и опускать их; перекладывать, передвигать их с места на место. Переступать приставным шагом в сторону на пятках, опираясь носками ног о палку (канат).</p>	<p>Выставлять ногу вперед на носок скрестно: приседать, держа руки за головой; поочередно пружинисто сгибать ноги (стоя, ноги врозь); приседать из положения ноги врозь, перенося массу тела с одной ноги на другую, не поднимаясь. Выполнять выпад вперед, в сторону; касаться носком выпрямленной ноги (мах вперед) ладони вытянутой вперед руки (одноименной и разноименной); свободно размахивать ногой вперед-назад, держась за опору. Захватывать ступнями ног палку посередине и поворачивать ее на полу.</p>

		І младшая	II младшая	Средняя	Старшая	Подготовительная
Подвижные игры	С бегом	«Догони мяч!», «По тропинке», «Через ручеек», «Кто тише?», «Перешагни через палку», «Догоните меня!», «Воробышки и автомобиль», «Солнышко и дождик», «Птички летают», «Принеси предмет».	«Бегите ко мне!», «Птички и птенчики», «Мыши и кот», «Бегите к флажку!», «Найди свой цвет», «Трамвай», «Поезд», «Лохматый пес», «Птички в гнездышках».	«Самолеты», «Цветные автомобили», «У медведя во бору», «Птичка и кошка», «Найди себе пару», «Лошадки», «Позвони в погремушку», «Бездомный заяц», «Ловишки».	«Ловишки», «Уголки», «Парный бег», «Мышеловка», «Мы веселые ребята», «Гуси-лебеди», «Сделай фигуру», «Караси и щука», «Перебежки», «Хитрая лиса», «Встречные перебежки», «Пустое место», «Затейники», «Бездомный заяц».	«Быстро возьми, быстро положи», «Перемени предмет», «Ловишка, бери ленту», «Совушка», «Чье звено скорее соберется?», «Кто скорее докатит обруч до флажка?», «Жмурки», «Два Мороза», «Догони свою пару», «Краски», «Горелки», «Коршун и насадка».
	С прыжками	«Мой веселый, звонкий мяч», «Зайка беленький сидит», «Птички в гнездышках», «Через ручеек».	«По ровненькой дорожке», «Поймай комара», «Воробышки и кот», «С кочки на кочку».	«Зайцы и волк», «Лиса в курятнике», «Зайка серый умывается».	«Не оставайся на полу», «Кто лучше прыгнет?», «Удочка», «С кочки на кочку», «Кто сделает меньше прыжков?», «Классы».	«Лягушки и цапля», «Не попадись», «Волк во рву».
	С метанием и ловлей	«Мяч в кругу», «Прокати мяч», «Лови мяч», «Попади в воротца», «Целься точнее!».		«Подбрось — поймай», «Сбей булаву», «Мяч через сетку».	«Охотники и зайцы», «Брось флажок», «Попади в обруч», «Сбей мяч», «Сбей кеглю», «Мяч водящему», «Школа мяча», «Серсо». Эстафеты. «Эстафета парами», «Пронеси мяч, не задев кеглю», «Забрось мяч в кольцо», «Дорожка препятствий».	«Кого назвали, тот ловит мяч», «Стоп», «Кто самый меткий?», «Охотники и звери», «Ловишки с мячом».

		I младшая	II младшая	Средняя	Старшая	Подготовительная
Подвижные игры	С ползанием и лазанием	«Доползи до погремушки», «Проползи в воротца», «Не переползай линию!», «Обезьянки».	«Наседка и цыплята», «Мыши в кладовой», «Кролики». С бросанием и ловлей. «Кто бросит дальше мешочек», «Попади в круг», «Сбей кеглю», «Береги предмет».	«Пастух и стадо», «Перелет птиц», «Котята и щенята».	«Кто скорее доберется до флажка?», «Медведь и пчелы», «Пожарные на ученье».	«Перелет птиц», «Ловля обезьян». Эстафеты. «Веселые соревнования», «Дорожка препятствий».
	На ориентировку в пространстве	«Где звенит?», «Найди флажок». Движение под музыку и пение. «Поезд», «Зайка», «Флажок».	«Найди свое место», «Угадай, кто и где кричит», «Найди, что спрятано».	«Найди, где спрятано», «Найди и промолчи», «Кто ушел?», «Прятки».		
	Народные игры			«У медведя во бору» и др.	«Гори, гори ясно!» и др.	«Гори, гори ясно!», лапта.

Формы взаимодействия с семьями воспитанников МДОУ

Вторая младшая группа

Направление взаимодействия	Формы работы	Срок проведения
Информационно-аналитическое направление	Изучение семьи	
	Анкетирование родителей по вопросам состояния здоровья ребенка и его образа жизни в семье.	сентябрь
	Знакомство с семьями детей через паспорта семьи.	по мере необходимости
Психолого-педагогическое просвещение родителей	Наглядно-информационные	
	Информационные и тематические стенды в групповом помещении: «Закаливание детей младшего дошкольного возраста».	октябрь
	Стенд для родителей по вопросам физической культуры и спорта.	обновление ежеквартально
	Фотовыставки для родителей: «Наша спортивная жизнь» (ООД, развлечения, соревнования и т.д.)	ежеквартально
	Копилка добрых дел: - помощь родителей в изготовлении нетрадиционного спортивного оборудования; - утепление окон в физкультурном зале; - покраска и обновление спортивного участка	ежеквартально
		октябрь
		Июнь, июль
	Общие	
	Общее родительское собрание.	сентябрь май
	Групповые	
	Родительские собрания: «Физкультурно-оздоровительная работа нашего ДОУ». «Итоги оценки физического развития, физического здоровья и физической подготовленности детей».	сентябрь май
	Консультации для родителей по вопросам физического развития и здоровья их детей.	ежемесячно, по желанию родителей
	Индивидуальные	
Беседы	еженедельно	
Консультации	по мере	

	(Тему родители определяют заранее)	необходимости
Совместная деятельность детей и родителей	Совместные мероприятия педагогов, родителей и детей	
	Открытое занятие	1 раз в год
	Неделя здоровья и спорта	1 раз в год
	Физкультурные досуги	ежемесячно (по плану)
	Праздники здоровья (зимний, летний)	февраль, июнь

Средняя группа

Направление взаимодействия	Формы работы	Срок проведения
Информационно-аналитическое направление	Изучение семьи	
	Анкетирование родителей: «Спортивные кружки и секции, которые посещает ваш ребенок»	сентябрь
	Знакомство с семьями вновь поступивших детей через паспорта семьи.	по мере необходимости
Психолого-педагогическое просвещение родителей	Наглядно-информационные	
	Информационные и тематические стенды в групповом помещении: 1. «Здоровье наших малышей». 2. «Закаливание детей». 3. «Дыхательная гимнастика».	обновление ежеквартально
	Стенд для родителей по вопросам физической культуры и спорта.	обновление ежеквартально
	Фотовыставки для родителей: «Мы здоровы, бодры и веселы».	обновление ежеквартально
	Копилка добрых дел: - помощь родителей в изготовлении нетрадиционного спортивного оборудования; - утепление окон в физкультурном зале; - покраска и обновление спортивного участка	ежеквартально
		октябрь
		Июнь, июль
	Общие	
	Общее родительское собрание.	Сентябрь, май
	Групповые	
Родительские собрания: «Итоги диагностики физического развития, физического здоровья и физической подготовленности детей».	сентябрь май	
Консультации для родителей по вопросам физического развития и здоровья их детей.	ежемесячно, по желанию	

		родителей
	Индивидуальные	
	Беседы	еженедельно
	Консультации (Тему родители определяют заранее)	по мере необходимости
Совместная деятельность детей и родителей	Совместные мероприятия педагогов, родителей и детей	
	Открытое занятие	1 раз в год
	Неделя здоровья и спорта	1 раз в год
	Физкультурные досуги	ежемесячно (по плану)
	Праздники здоровья (зимний, летний)	февраль, июнь

Старшая группа

Направление взаимодействия	Формы работы	Срок проведения
Информационно- аналитическое направление	Изучение семьи	
	Анкетирование родителей: «Спорт в вашей семье».	сентябрь
Психолого- педагогическое просвещение родителей	Наглядно-информационные	
	Информационные и тематические стенды в групповом помещении: 1. «Анатомо-физиологические особенности детей 5-6 лет». 2. «Подвижные игры – залог здоровья наших детей». 3. «Безопасность детей летом».	обновление ежеквартально
	Стенд для родителей по вопросам физической культуры и спорта.	обновление ежеквартально
	Фотовыставки для родителей: «В здоровом теле – здоровый дух».	обновление ежеквартально
	Копилка добрых дел: - помощь родителей в изготовлении нетрадиционного спортивного оборудования; - утепление окон в физкультурном зале; - покраска и обновление спортивного участка	ежеквартально
		октябрь
		Июль, июнь
	Общие	
	Общее родительское собрание.	Сентябрь, май
	Групповые	
Родительские собрания: «Итоги диагностики физического развития,	сентябрь май	

	физического здоровья и физической подготовленности детей».	
	Консультации для родителей по вопросам физического развития и здоровья их детей.	ежемесячно, по желанию родителей
	Индивидуальные	
	Беседы	еженедельно
	Консультации (Тему родители определяют заранее)	по мере необходимости
Совместная деятельность детей и родителей	Совместные мероприятия педагогов, родителей и детей	
	Открытое занятие	1 раз в год
	Неделя здоровья и спорта	1 раз в год
	Физкультурные досуги	ежемесячно (по плану)
	Праздники здоровья (зимний, летний)	февраль, июнь

Подготовительная к школе группа

Направление взаимодействия	Формы работы	Срок проведения
Информационно- аналитическое направление	Изучение семьи	
	Анкетирование родителей: «Здоровье наших детей».	сентябрь
Психолого- педагогическое просвещение родителей	Наглядно-информационные	
	Информационные и тематические стенды в групповом помещении: 1. «Здоровый образ жизни». 2. «Гигиена ребенка». 3. «Игровой самомассаж».	обновление ежеквартально
	Стенд для родителей по вопросам физической культуры и спорта.	обновление ежеквартально
	Фотовыставки для родителей: «Будущее спорта в наших руках».	обновление ежеквартально
	Копилка добрых дел: - помощь родителей в изготовлении нетрадиционного спортивного оборудования; - утепление окон в физкультурном зале; - покраска и обновление спортивного участка - постройка снежных скульптур на спортивном участке	ежеквартально
		октябрь
		Июль, июнь
		январь
Общие		
Общее родительское собрание	Сентябрь, май	

	Групповые	
	Родительские собрания: «Итоги оценки физического развития, физического здоровья и физической подготовленности детей».	Сентябрь май
	Консультации для родителей по вопросам физического развития и здоровья их детей.	Ежемесячно, по желанию родителей
	Индивидуальные	
	Беседы	еженедельно
	Консультации (Тему родители определяют заранее)	по мере необходимости
Совместная деятельность детей и родителей	Совместные мероприятия педагогов, родителей и детей	
	Открытое занятие	1 раз в год
	Неделя здоровья и спорта	1 раз в год
	Физкультурные досуги	ежемесячно (по плану)
	Праздники здоровья (зимний, летний)	февраль, июнь

Приложение 4

Содержание предметно-пространственной среды физкультурного зала и спортивного участка

Зал физкультурный

Оборудование

- Магнитофон;
- Приборы для оценки физического развития: секундомер, динамометр, сантиметровая лента;
- Тренажеры: батуты; велотренажер; «диск здоровья»;
- Массажные дорожки для нижних конечностей;
- Гимнастическая стена;
- Гимнастические скамьи;
- «Туннель» для коррекции позвоночника.
- Мячи: мяч набивной 1 кг, гимнастический мяч60 см в диаметре для коррекции позвоночника в разгрузке и для коррекции стопы и тазобедренного сустава, массажные мячи для верхних и нижних конечностей, мячи-попрыгунчики;

Для активизации дыхания- султанчики, ленточки;

Кегли пластмассовые

Гимнастические палки (дерево)

Гимнастические палки (пластмасса)

Обручи (пластмасса)

Лестница для ползания с креплениями

Доска деревянная ребристая

Доска деревянная с зацепами

Мишени для метания

Канат для перетягивания

Канат для лазания

Веревки

Скакалки

Цилиндры (пластмасса)

Кубики 20 см

Кубики 8см

Флажки

Султанчики

Рули цветные для игры «Цветные автомобили»

Атрибуты для игры «Цветные автомобили»

«Ветерок»

Кольца баскетбольные

Сетка волейбольная

Колпаки для игр

Вожжи для игры

Гантели детские (пластмасса)

Погремушки

Мешочки с песком для равновесия и осанки

Мячи игровые, цветные

Мячи игровые (пластмасса)

Мячи игровые (резина) 8 см

Мячи игровые (резина) 20 см

Мячи баскетбольные

Шнуры

Бубен

Свисток

Коврики для прыжков

Лыжи

Клюшки хоккейные

Мелкий инвентарь для развития мелкой моторики, мышц стопы

Маты большой и малые

Корзины большие и малые

Игра «Гольф»

Игра «Крокет»

Спортивный участок

Яма для прыжков

Скамьи

Бревно для ходьбы

Лестница

Вертикальные мишени

Приложение 5

Примерное перспективное планирование на 2020-2023 учебный год

Вторая младшая группа

С Е Н Т Я Б Р Ь

Неделя	Построение, перестроения	Ходьба	Бег	ОРУ	Упражнения на равновесие	Прыжки	Метание	Лазание	Подвижные игры
1	Построение стайкой	Ходьба стайкой за инструктором	Бег обычный стайкой	Комплекс №1 (без предметов)	Ходьба по прямой дорожке S = 20 см L = 3 м Ф	Прыжки на всей ступне с подниманием на носки З			«Догоните меня» (с бегом) С
2	Построение стайкой	Ходьба в разных направлениях за инструктором, ходьба на носках	Бег стайкой, бег на носках	Комплекс №1 (без предметов)		Прыжки на всей ступне с работой рук Ф	Прокатывание мяча двумя руками вдаль от черты З		«Бегите ко мне» (с бегом) С
3	Построение в колонну по одному	Ходьба в разных направлениях за инструктором, ходьба на носках	Бег в колонне по одному по кругу	Комплекс №2 (с погремушками)			Катание мяча друг другу сидя ноги врозь	Ползание с опорой на ладони и колени 3м	«По ровненькой дорожке» (с прыжками)
4	Построение в колонну по одному	Ходьба в колонне по одному за инструктором	Бег в колонне по одному на носках	Комплекс №2 (с погремушками)	Ходьба между линиями змейкой			Пролезание в тоннель	«Лохматый пес» (с бегом) С

О К Т Я Б Р Ъ

Не де ля	Построение, перестроения	Ходьба	Бег	ОРУ	Упражнения на равновесие	Прыжки	Метание	Лазание	Подвижные игры
1	Построение в колонну по одному	Ходьба в колонне по одному по кругу, ходьба на носках	Бег в колонне по одному по кругу, враспыну ю	Комплекс №3 (без предметов)	Ходьба по доске Ф	Прыжки на двух ногах вокруг предмета З			«Мыши в кладовой» (с лазаньем) С
2	Построение в колонну по одному	Ходьба в колонне по одному с приседанием по сигналу	Бег в колонне по одному по кругу с ускорением и замедлением темпа	Комплекс №3 (без предметов)		Прыжки на двух ногах из кружка в кружок Ф	Прокатывание мяча между предметами З		«Лохматый пес» (с бегом) С
3	Построение в колонну друг за другом	Ходьба в колонне по одному, на носках	Бег в колонне по одному по извилистой дорожке	Комплекс №4 (со средним мячом)			Прокатывание мяча в воротца Ф	Ползание на четвереньках за катящимся предметом З	«По ровненькой дорожке» (с прыжками) С
4	Построение в колонну по одному	Ходьба в колонне по одному с поворотом по сигналу, на носках	Бег друг за другом с остановкой по сигналу	Комплекс №4 (со средним мячом)	Ходьба по доске с перешагиванием через предметы (высота 10-15 см) З			Подлезание под шнур (высота 50см) Ф	«Птички и птенчики» (с бегом) С

Н О Я Б Р Ь

Неделя	Построение, перестроения	Ходьба	Бег	ОРУ	Упражнения на равновесие	Прыжки	Метание	Лазание	Подвижные игры
1	Построение в колонну по одному	Ходьба в колонне по одному, на носках	Бег в колонне непрерывный 50 секунд	Комплекс №5 (без предметов)	Ходьба по ребристой доске Ф	Прыжки на всей ступне с работой рук З			«Кролики» (с лазаньем) С
2	Построение в колонну по одному	Ходьба обычная, с высоким подниманием колена	Бег в среднем темпе, врассыпную	Комплекс №5 (без предметов)		Прыжки на двух ногах из кружка в кружок З	Прокатывание мяча двумя руками вдаль от черты З		«Мыши и кот» (с бегом) С
3	Построение парами	Ходьба парами по кругу за ведущим	Бег врассыпную с остановкой по сигналу	Комплекс №6 (с кубиками)			Прокатывание мяча друг другу через дугу Ф	Подлезание под воротца З	«По ровненькой дорожке» (с прыжками) С
4	Построение парами	Ходьба парами	Бег в колонне по одному, змейкой	Комплекс №6 (с кубиками)	Ходьба по доске с перешагиванием через предметы (высота 10-15 см) З			Пролезание в обруч Ф	«Найди свой цвет» (с бегом) С

Д Е К А Б Р Ъ

Неделя	Построение, перестроения	Ходьба	Бег	ОРУ	Упражнения на равновесие	Прыжки	Метание	Лазание	Подвижные игры
1	Построение в колонну по одному	Ходьба обычная в чередовании с ходьбой с высоким подниманием колена	Бег по прямой, врассыпную	Комплекс №7 (без предметов)	Ходьба по гимнастической скамейке Ф	Прыжки на двух ногах из круга в круг З			«Кролики» (с лазаньем) С
2	Построение в колонну по одному	Ходьба в колонне змейкой	Бег в колонне змейкой	Комплекс №7 (без предметов)		Прыжки на двух ногах с кочки на кочку Ф	Бросание мяча вдаль двумя руками З		«Поезд» (с бегом) С
3	Построение в шеренгу, перестроение в колонну по одному	Ходьба в колонне по одному, на носках	Бег в колонне со сменой направления	Комплекс №8 (с флажками)			Бросание мяча об пол и ловля его двумя руками Ф	Пролезание в обруч З	«Мой веселый звонкий мяч» (с прыжками) С
4	Построение в шеренгу, перестроение в колонну по одному	Ходьба со сменой направления по сигналу	Бег в колонне непрерывный 50 секунд	Комплекс №8 (с флажками)	Ходьба по гимнастической скамейке с остановкой посередине З			Перелезание через бревно Ф	«Бегите к флажку» (с бегом) С

Я Н В А Р Ь

Неделя	Построение, перестроения	Ходьба	Бег	ОРУ	Упражнения на равновесие	Прыжки	Метание	Лазание	Подвижные игры
1	З И М Н И Е З А Б А В Ы								
2	Построение в шеренгу, перестроение в колонну по одному	Ходьба обычная, на носках	Бег в колонне непрерывный 50 секунд	Комплекс №9 (без предметов)		Прыжки вокруг обруча Ф	Метание «снежков» в вертикальную цель З		«По ровненькой дорожке» С
3	Построение в шеренгу, перестроение в колонну по одному	Ходьба обычная, врассыпную	Бег врассыпную	Комплекс №10 (с маленькими гимнастическими палками)			Метание мяча в горизонтальную цель правой и левой рукой (1,5 м) Ф	Ползание между предметами З	«С кочки на кочку» (с прыжками) С
4	Построение в шеренгу, перестроение в колонну по одному	Ходьба обычная, с высоким подниманием колена	Бег в колонне друг за другом с остановкой по сигналу	Комплекс №10 (с маленькими гимнастическими палками)	Ходьба по гимнастической скамейке, приставляя пятку одной ноги к носку другой З			Пролезание в обруч, не касаясь руками пола Ф	«Трамвай» (с бегом) С

Ф Е В Р А Л Ь

Неделя	Построение, перестроения	Ходьба	Бег	ОРУ	Упражнения на равновесие	Прыжки	Метание	Лазание	Подвижные игры
1	Построение в шеренгу, перестроение в колонну по одному	Ходьба обычная, змейкой	Бег врассыпную	Комплекс №11 (без предметов)	Ходьба по ребристой доске Ф	Прыжки на двух ногах через одну линию З			«Обезьянки» (с лазаньем) С
2	Построение в шеренгу, перестроение в колонну по одному поворотом направо переступанием	Ходьба обычная, на носках	Бег с одного края площадки на другой	Комплекс №11 (без предметов)		Прыжки на двух ногах через две линии Ф	Метание в горизонтальную цель двумя руками снизу З		«Воробушки и автомобиль» (с бегом) С
3	Построение в шеренгу, перестроение в колонну по одному поворотом направо переступанием	Ходьба с высоким подниманием колена	Бег с изменением темпа	Комплекс №12 (с султанчиками)			Метание на дальность правой и левой рукой Ф	Лазание на четвереньках по прямой З	«Зайка беленький сидит» (с прыжками) С
4	Построение парами	Ходьба парами, с остановкой по сигналу	Бег парами	Комплекс №12 (с султанчиками)	Ходьба по ребристой доске с перешагиванием через предметы З			Лазание по лесенке Ф	«Бегите к флажку» (с бегом) С

М А Р Т

Неделя	Построение, перестроения	Ходьба	Бег	ОРУ	Упражнения на равновесие	Прыжки	Метание	Лазание	Подвижные игры
1	Построение в круг по ориентиру	Ходьба в колонне по одному с приседанием	Бег с ловлей и увертыванием	Комплекс №13 (без предметов)	Медленное кружение в обе стороны Ф	Прыжки в длину с места через 2 линии З			«Мыши в кладовой» (с лазаньем) С
2	Построение в круг	Ходьба обычная, на носках	Бег враспынную	Комплекс №13 (без предметов)		Прыжки в длину с места Ф	Метание на дальность правой и левой рукой З		«Птички в гнездышках» (с бегом) С
3	Построение в колонну по одному, размыкание и смыкание обычным шагом	Ходьба в колонне со сменой направления	Бег на носочках	Комплекс №14 (с обручем)			Метание в вертикальную цель правой и левой рукой Ф	Лазанье по гимнастической стенке З	«Через ручеек» (с прыжками) С
4	Построение парами	Ходьба парами с поворотом по сигналу	Бег парами в колонне	Комплекс №14 (с обручем)	Медленное кружение в обе стороны З			Подлезание под дугу, не касаясь руками пола Ф	«Лохматый пес» (с бегом) С

А П Р Е Л Ь

Неделя	Построение, перестроения	Ходьба	Бег	ОРУ	Упражнения на равновесие	Прыжки	Метание	Лазание	Подвижные игры
1	Построение в шеренгу, перестроение в колонну по одному	Ходьба в колонне по одному друг за другом, с перешагиванием через предметы	Бег в быстром темпе	Комплекс №15 (без предметов)	Ходьба по гимнастической скамейке, держа мяч в руках над головой Ф	Прыжок в длину с места З			«Наседка и цыплята» (с лазаньем) С
2	Построение в шеренгу, перестроение в колонну по одному	Ходьба обычная, на носках	Бег в колонне с изменением темпа	Комплекс №15 (без предметов)		Прыжки вверх с места, доставая предмет Ф	Бросание мяча вверх, вниз об пол и ловля его З		«Птички летают» (с бегом) С
3	Построение в колонну по одному с поворотом направо, переступая	Ходьба в колонне с перешагиванием через рейки лесенки	Бег обычный, на носочках	Комплекс №16 (с большим мячом)			Бросание мяча вдаль двумя руками из-за головы Ф	Влезание на гимнастическую стенку и спуск с нее З	«По ровненькой дорожке» (с прыжками) С
4	Построение в колонну по одному с поворотами направо, налево, переступанием	Ходьба обычная, с высоким подниманием колена	Бег обычный	Комплекс №16 (с большим мячом)	Ходьба по гимнастической скамейке с предметом над головой З			Влезание на гимнастическую стенку и спуск с нее Ф	«Солнышко и дождик» (с бегом) С

М А Й

Неделя	Построение, перестроения	Ходьба	Бег	ОРУ	Упражнения на равновесие	Прыжки	Метание	Лазание	Подвижные игры
1	Построение в шеренгу, перестроение в колонну по одному	Ходьба друг за другом, по сигналу врассыпную	Бег в колонне по одному по кругу, бег врассыпную	Комплекс №17 (без предметов)	Ходьба по наклонной доске и спуск с нее Ф	Прыжки на двух ногах с продвижением вперед З			«Кролики» (с лазаньем) С
2	Построение в шеренгу, перестроение в колонну по одному	Ходьба обычная	Бег в колонне по одному по кругу с изменением темпа	Комплекс №17 (без предметов)		Прыжки вверх с места, доставая предмет Ф	Прокатывание мяча под дугу с целью сбить кеглю З		«Мыши и кот» (с бегом) С
3	Построение в шеренгу, перестроение в колонну по одному	Ходьба обычная, на носках	Бег обычный	Комплекс №18 (с гантелями)			Бросание мяча друг другу способом из-за головы	Пролезание в тоннель	«Через ручеек» (с прыжками) С
4	Построение в шеренгу, перестроение в колонну по одному	Ходьба в колонне со сменой направления	Бег в быстром темпе	Комплекс №18 (с гантелями)	Ходьба по скамье с перешагиванием через предметы			Подлезание под несколько препятствий	«Птички в гнездышках» (с бегом) С

Средняя группа

С Е Н Т Я Б Р Ь

Неделя	Построение, перестроения	Ходьба	Бег	ОРУ	Упражнения на равновесие	Прыжки	Метание	Лазание	Подвижные игры
1	Построение в шеренгу, перестроение в колонну по одному, в круг	Ходьба обычная в медленном темпе с высоким подниманием колена	Бег обычный, на носках	Комплекс №1 (без предметов)	Ходьба по скамье руки в стороны	Прыжки с коврика на коврик			«Котята и щенята» (с подлезанием) С
2	Построение в шеренгу, перестроение в колонну по одному, в круг	Ходьба обычная, на носках, приставным шагом в сторону	Бег легкий, бег в рассыпную	Комплекс №1 (без предметов)		Прыжки вокруг обруча	Прокатывание мяча в воротца		«Птичка и кошка» (с бегом) С

3	Построение в шеренгу, перестроение в колонну по одному, в круг	Ходьба обычная, на носках, на пятках	Бег обычный, легкий, ритмичный	Комплекс №2 (с гантелями)				Прокатывание обруча друг другу Ф	Пролезание в обруч З	«По ровненькой дорожке» (с прыжками) С	
								То же между предметами	То же в два обруча		
4	Построение в шеренгу, перестроение в колонну по одному, в круг	Ходьба обычная, на наружных сторонах стоп	Бег легкий, бег враспынную	Комплекс №2 (с гантелями)	Ходьба по доске З					Ползание на четвереньках по прямой Ф	«Птички в гнездышках» (с бегом) С
					Ходьба по доске вперед и назад					То же на большее расстояние	

О К Т Я Б Р Ь

Неделя	Построение, перестроения	Ходьба	Бег	ОРУ	Упражнения на равновесие	Прыжки	Метание	Лазание	Подвижные игры
1	Построение в шеренгу, перестроение в колонну по одному	Ходьба обычная, на носках, на пятках	Бег легкий, бег враспынную	Комплекс №3 (без предметов)	Ходьба по доске, руки в стороны Ф	Прыжки с продвижением вперед З			«Котята и щенята» (с подлезанием) С
					Ходьба по доске на носках	Прыжки с продвижением между предметами			
2	Построение в шеренгу, перестроение в колонну по одному	Ходьба обычная в медленном темпе с высоким подниманием колена	Бег легкий, на носках, со сменой направления	Комплекс №3 (без предметов)		Прыжки на двух ногах через предметы с продвижением вперед Ф	Прокатывание мячей в прямом направлении из исходного положения стоя З		«Самолеты» (с бегом) С

						То же, только прыжки через веревочки	То же, только в воротца		
3	Построение в шеренгу, перестроение в колонну по одному, по звеньям со зрительными ориентирами	Ходьба обычная, с разным положением рук, на наружном своде стопы	Бег со сменой направления, с высоким подниманием колена	Комплекс №4 (с флажками)			Прокатывание мяча друг другу из исходного положения сидя, ноги врозь Ф	Ползание на четверенька х в прямом направлении З	«Зайцы и волк» (с прыжками) С
							То же из исходного положения сидя на пятках	То же змейкой между предметами	
4	Построение в шеренгу, в колонну по одному, по звеньям со зрительными ориентирами	Ходьба обычная, на носках, приставным шагом в сторону	Бег обычный, на носках, врассыпную	Комплекс №4 (с флажками)	Ходьба по наклонной доске вверх З			Ползание на четверенька х по горизонталь ной доске с опорой на ладони и колени Ф	«У медведя во бору» (с бегом) С
					Ходьба по наклонной доске вверх и				

					вниз			То же по наклонной доске	
--	--	--	--	--	------	--	--	--------------------------	--

Н О Я Б Р Ь

Неделя	Построение, перестроения	Ходьба	Бег	ОРУ	Упражнения на равновесие	Прыжки	Метание	Лазание	Подвижные игры
1	Построение в шеренгу, в колонну по одному, по три	Ходьба обычная, с высоким подниманием колена, широким шагом	Бег легкий, на носках, врассыпную	Комплекс №5 (без предметов)	Ходьба по извилистой дорожке с перешагиванием С	Прыжки ноги вместе-ноги врозь З			«Пастух и стадо» (с лазаньем) С
					То же	То же с продвижением вперед			

2	Построение в шеренгу, в колонну по одному, по три	Ходьба обычная, на носках, на пятках, с притопами	Бег легкий, с изменением темпа	Комплекс №5 (без предметов)		Прыжки, доставая подвешенный предмет З	Передача мяча друг другу способом от груди Ф		«Птичка и кошка» (с бегом) С
						То же	То же с увеличением расстояния		
3	Построение в шеренгу, перестроение в колонну по одному, парами	Ходьба обычная, на носках, на пятках, парами	Бег легкий, на носках, парами	Комплекс №6 (с кубиками)			Подбрасывание мяча вверх и ловля его двумя руками Ф	Ползание по гимнастической скамейке с опорой на ладони и колени З	«Зайцы и волк» (с прыжками) С
							Бросание мяча о землю и ловля его двумя руками	Ползание на четвереньках по наклонной доске	

4	Построение в шеренгу, в колонну по одному, парами	Ходьба обычная, на наружном своде стопы, с остановкой по сигналу	Бег легкий, бег с подпрыгиванием до предмета	Комплекс №6 (с кубиками)	Ходьба по шнуру прямо З			Подлезание под дугу высотой 50 см прямо, не касаясь руками пола Ф	«Ловишки» (с бегом) С
					Ходьба по шнуру приставным шагом в сторону (направо и налево)				

Д Е К А Б Р Ь

Неделя	Построение, перестроения	Ходьба	Бег	ОРУ	Упражнения на равновесие	Прыжки	Метание	Лазание	Подвижные игры
1	Построение в шеренгу, перестроение в колонну по одному, по звеньям в 3 звена	Ходьба обычная, на носках, на пятках, приставным шагом в сторону	Бег легкий по кругу, с высоким подниманием колен	Комплекс №7 (без предметов)	Перешагивание через рейки лестницы (высота 15 см) Ф	Прыжки из круга в круг на двух ногах З			«Пастух и стадо» (с лазаньем) С
					Усложнение высота 20 см	Прыжки через кирпичики			

2	Построение в шеренгу, в колонну по одному, по звеньям в 3 звена	Ходьба обычная в колонне по одному, змейкой, между предметами, пингвины	Бег обычный, змейкой, между предметами	Комплекс №7 (без предметов)		Прыжки с продвижением ноги вместе, ноги врозь Ф	Подбрасывание мяча вверх и ловля его двумя руками З		«Цветные автомобили» (с бегом) С
						Через шнур правым и левым боком с продвижением	Подбрасывание мяча вверх и ловля после отскока от пола		
3	Построение в шеренгу, перестроение в колонну по одному, перестроение в 3 звена, повороты направо, налево	Ходьба обычная, пингвины, со сменой ведущего	Бег обычный, со сменой ведущего, на носочках	Комплекс №8 (с флажками)			Бросание мяча через веревку двумя руками снизу Ф	Подлезание под веревку, не касаясь руками пола (высота 60 см) З	«Лиса в курятнике» (с прыжками) С
							Бросание мяча снизу друг другу двумя руками	Подлезание под предмет правым и левым боком	

4	Построение в шеренгу, в колонну по одному, перестроение в 3 звена, повороты кругом	Ходьба обычная, «великаны»-на носках, «гномы»-в полуприседе	Бег обычный, мелким и широким шагом	Комплекс №8 (с флажками)	Ходьба по ребристой доске, руки на поясе З			Ползание по гимнастической скамейке на животе, подтягиваясь руками Ф	«Найди себе пару» (с бегом) С
					Ходьба по наклонной доске руки в стороны				

Я Н В А Р Ь

Неделя	Построение, перестроения	Ходьба	Бег	ОРУ	Упражнения на равновесие	Прыжки	Метание	Лазание	Подвижные игры
1	Зимние забавы								
2									
3	Построение в шеренгу, перестроение в колонну по одному, по три, размыкание и смыкание обычным шагом	Ходьба обычная, на носках, на пятках, приставным шагом правым и левым боком	Бег легкий, змейкой, между предметами, с остановкой по сигналу	Комплекс №9 (без предметов)			Бросание мяча друг другу двумя руками из-за головы (расстояние 1,5-2 м) Ф	Ползание по гимнастической скамейке на животе, подтягиваясь руками с мешочком на спине З	«Зайка серый умывается» (с прыжками) С
							Усложнение через веревочку	Пролезание в обруч правым и левым боком	

4	Построение в шеренгу, в колонну по одному, по три, размыкание и смыкание обычным шагом	Ходьба обычная, на внешней стороне стопы, с разным положением рук, с изменением направления	Бег легкий, «лошадки», обычный, с высоким подниманием колен	Комплекс №10 (с гимнастической палкой)	Ходьба по гимнастической скамейке руки в стороны З			Ползание между предметами (стопы и ладони) Ф	«Ловишки с обручем» (с бегом) С
					По гимнастической скамейке с перешагиванием через кубики			То же по рейкам лестницы, положенной на пол	

Ф Е В Р А Л Ь

Неделя	Построение, перестроения	Ходьба	Бег	ОРУ	Упражнения на равновесие	Прыжки	Метание	Лазание	Подвижные игры
1	Построение в шеренгу, перестроение в колонну по одному, по три, поворот кругом	Ходьба обычная, на носках, на пятках, с остановкой по сигналу	Бег обычный, с остановкой по сигналу, в быстром и медленном темпе	Комплекс №11 (без предметов)	Взбегать по наклонной доске Ф	Спрыгивание с гимнастической скамейки (высота 20см) З			«Котята и щенята» (с лазаньем) С
					Взбегать и сбегать по наклонной доске	То же (высота 25см)			

2	Построение в шеренгу, в колонну по одному, по три, поворот кругом	Ходьба обычная, на носках, на пятках, ходьба на высоких четвереньках	Бег легкий, на носках, враспынную	Комплекс №11 (без предметов)		Прыжки на одной ноге Ф	Бросание мяча друг другу и ловля его двумя руками снизу З		«Бездомный заяц» (с бегом) С
						Прыжки на одной ноге поочередно	Бросание мяча друг другу и ловля его после удара об пол		
3	Построение в шеренгу, перестроение в колонну по одному, построение в круг	Ходьба обычная, в наклоне вперед, руки отведены назад, на носках, на пятках	Бег обычный, змейкой, между предметами, с высоким подниманием колен	Комплекс №12 (с гантелями)			Перебрасывание мяча через веревку одной рукой Ф	Подлезание под веревку, не касаясь руками пола (высота 60 см) З	«Зайцы и волк» (с прыжками) С
							Бросание мяча снизу друг другу двумя руками	Пролезание в обруч правым и левым боком	
	Построение в шеренгу, в колонну по одному, построение в круг	Ходьба обычная, на носках, на пятках, на наружных сторонах стоп	Бег обычный, легкий, с подпрыгиванием до	Комплекс №12 (с гантелями)	Ходьба по гимнастической скамейке руки в стороны З			Лазанье по гимнастической стенке на 3 рейки от пола и	«Птичка и кошка» (с бегом) С

4			игрушки, со сменой направления		По гимнастическ ой скамейке с поворотом			спуск с нее Ф	
								То же на 4 рейки от пола	

М А Р Т

Не де ля	Построение, перестроения	Ходьба	Бег	ОРУ	Упражнения на равновесие	Прыжки	Метание	Лазание	Подвижны е игры
1	Построение в шеренгу, перестроение в колонну по одному, в колонну по три, повороты направо, налево	Ходьба обычная, на носках, на пятках, со сменой ведущего, в чередовании с прыжками	Бег обычный, змейкой, между предметами, в рассыпную	Комплекс №13 (без предметов)	Ходьба по гимнастическ ой скамейке приставным шагом правым и левым боком руки на поясе Ф	Спрыгивание с гимнастическо й скамейки на полусогнутые ноги З			«Перелет птиц» (с лазаньем) С
					То же руки в стороны	То же, руки вперед и вверх			
2	Построение в шеренгу, в колону по одному, по три, повороты направо, налево	Ходьба обычная, мелким и широким шагом, с остановкой по сигналу	Бег обычный, с подпрыгива нием до ладони	Комплекс №13 (без предметов)		Прыжки на двух ногах в длину с места Ф	Метание мешочков вдаль правой и левой рукой З		«Найди свое место» (ориентиро вка в пространст ве) С
						Допрыгнуть до предмета, лежащего на полу	Метание мешочка в горизонтальн ую цель		

							правой и левой рукой		
--	--	--	--	--	--	--	-------------------------	--	--

3	Построение в шеренгу, в колонну по одному, по три	Ходьба обычная, на носках, на пятках, с остановкой по сигналу	Бег легкий, со сменой ведущего	Комплекс №14 (с обручем)			Бросание мяча двумя руками из-за головы сидя Ф	Лазанье по гимнастической скамейке на животе подтягиваясь руками З	«Зайка серый умывается» (с прыжками) С
							Отбивание мяча о землю	То же	
4	Построение в шеренгу, в колонну по одному, по три	Ходьба обычная, на носках, на пятках, на высоких четвереньках	Бег легкий, с остановкой по сигналу	Комплекс №14 (с обручем)	Ходьба по гимнастической скамейке с переходом на гимнастическую стенку З			Ползание по гимнастической скамейке с опорой на ладони и колени Ф	«Ловишка с мячом» (с бегом и метанием) С
					Ходьба по наклонной доске на ладонях и ступнях с переходом на гимнастическую стенку			То же	

А П Р Е Л Ь

Неделя	Построение, перестроения	Ходьба	Бег	ОРУ	Упражнения на равновесие	Прыжки	Метание	Лазание	Подвижные игры
1	Построение в шеренгу, перестроение в колонну по одному, по три	Ходьба обычная, на носках, на пятках, на наружных сторонах стопы	Бег легкий, на носках, широким шагом, обычный	Комплекс №15 (без предметов)	Ходьба по гимнастической скамейке с мешочком на голове Ф	Прыжки на двух ногах в длину с места З			«Пастух и стадо» (с лазаньем) С
					Ходьба по гимнастической скамейке с перешагиванием	То же на заданное расстояние			
2	Построение в шеренгу, в колонну по одному, по три	Ходьба обычная, с заданиями для рук, приставным шагом левым и правым боком, руки на поясе	Бег легкий, враспынную, со сменой направления движения	Комплекс №15 (без предметов)		Прыжки с короткой скакалкой Ф	Метание мешочка в горизонтальную цель правой и левой рукой З		«Найди свой цвет» (с бегом) С
						Прыжки через скакалку	То же в вертикальную цель		

3	Построение в шеренгу, парами, построение в две шеренги, повороты направо и налево	Ходьба обычная, с заданиями для рук, гусеница	Бег легкий, в быстром и медленном темпе, галопом правым и левым боком	Комплекс №16 (с султанчиками)			Игровое упражнение «Кто больше раз попадет?» С	Игровое упражнение «Проползи по скамейке» С	«Лиса в курятнике» (с прыжками) С
							Игровое упражнение «Метко в цель»	Игровое упражнение «Проползи – не задень»	
4	Построение в шеренгу, в колонну по одному, по три, повороты кругом	Ходьба обычная, на носках, на пятках, с хлопками в ладоши на 4 шаг	Бег легкий, с высоким подниманием колен	Комплекс №16 (с султанчиками)	Игровое упражнение «Пройди – не упади» С			Игровое упражнение «Кто быстрее?» С	«Сбей булаву» (с метанием) С
					Игровое упражнение «Мостики»			Игровое упражнение «Преодолей препятствия»	

М А Й

Неделя	Построение, перестроения	Ходьба	Бег	ОРУ	Упражнения на равновесие	Прыжки	Метание	Лазание	Подвижные игры
1	Построение в шеренгу, перестроение в колонну по одному, в три колонны через центр	Ходьба обычная, на носках, на пятках с высоким подниманием колена	Бег легкий, врассыпную	Комплекс №17 (без предметов)	Игровое упражнение «По узенькой дорожке» С	Игровое упражнение «Кто дальше прыгнет?» С			«Пастух и стадо» (с лазаньем) С
					Игровое упражнение «Пронеси мяч»	Игровое упражнение «На болоте»			
2	Построение в шеренгу, в колонну по одному, в три колонны через центр	Ходьба обычная, с заданиями для рук	Бег легкий, с высоким подниманием колена, широким и мелким шагом	Комплекс №17 (без предметов)		Спрыгивание с гимнастической скамейки С	Игровое упражнение «Сбей булаву» С		«Самолеты» (с бегом) С
						Игровое упражнение «Из круга в круг»	Игровое упражнение «Забрось в корзину»		

3	Построение в шеренгу, в колонну по одному, по три	Ходьба обычная, на носках, на пятках, со сменой направления	Бег легкий, с остановкой по сигналу, со сменой ведущего	Комплекс №18 (с массажным мячом)			Отбивание мяча о землю Ф	Лазанье по гимнастической скамейке на животе подтягиваясь руками З	«Зайка серый умывается» (с прыжками) С
							Отбивание мяча о землю с продвижением вперед	То же	
4	Построение в шеренгу, в колонну по одному, по три	Ходьба обычная, на носках, высоко поднимая колено, широким шагом	Бег С изменением темпа	Комплекс №18 (с массажным мячом)	Ходьба по наклонной доске боком с переходом на гимнастическую стенку З			Ползание по гимнастической скамейке с опорой на ладони и колени Ф	«Ловишка с мячом» (с бегом и метанием) С
					Ходьба по наклонной доске на ладонях и ступнях с переходом на гимнастическую стенку			То же	

Старшая группа

С Е Н Т Я Б Р Ъ

Неделя	Построение, перестроения	Ходьба	Бег	ОРУ	Упражнения на равновесие	Прыжки	Метание	Лазание	Подвижные игры
1	Построение в шеренгу, в колонну по одному, равнение на ведущего	Ходьба обычная, на носках, на пятках, с высоким подниманием колена, приставным шагом в сторону	Бег обычный, на носках, с изменением темпа	Комплекс №1 (без предметов)	Ходьба по узкой рейке гимнастической скамьи	Прыжки на правой и левой ноге на месте			«Ловишки» (с бегом)
2	Построение в шеренгу, в колонну по одному, равнение на ведущего	Ходьба обычная, на носках, на пятках, с перекатом с пятки на носок	Бег обычный, со сменой ведущего, с высоким подниманием колен	Комплекс №1 (без предметов)		Прыжки через короткую скакалку	Бросание мяча в корзину способом из-за головы		«Кто скорее доберется до флажка?» (с лазаньем)

Неделя	Построение, перестроения	Ходьба	Бег	ОРУ	Упражнения на равновесие	Прыжки	Метание	Лазание	Подвижные игры
3	Построение в шеренгу, в колонну по одному, равнение на ведущего	Ходьба обычная, на носках, на пятках, на наружных сторонах стоп	Бег обычный, с изменением темпа по сигналу	Комплекс №2 (с обручем)			Прокатывание обруча друг другу С	Лазанье по гимнастической скамейке с опорой на колени и ладони С	«Не оставайся на полу» (с прыжками)
					Ходьба по наклонной доске С				
4	Построение в шеренгу, в колонну по одному, равнение на ведущего	Ходьба обычная, на носках, на пятках, приставным шагом в сторону	Бег обычный, с высоким подниманием колен	Комплекс №2 (с обручем)	Ходьба по гимнастической скамейке с мешочком на голове С			Ползание по гимнастической скамейке на животе, подтягиваясь руками С	«Бездомный заяц» (с бегом)
					То же				

О К Т Я Б Р Ь

Неделя	Построение, перестроения	Ходьба	Бег	ОРУ	Упражнения на равновесие	Прыжки	Метание	Лазание	Подвижные игры
1	Построение в шеренгу, в колонну по одному, равнение на ведущего	Ходьба обычная, на носках, на пятках, с высоким подниманием колена, приставным шагом в сторону	Бег обычный, змейкой, с изменением темпа	Комплекс №3 (без предметов)	Ходьба по гимнастической скамейке, руки в стороны Ф	Прыжки на двух ногах с продвижением вперед З			«Медведь и пчелы» (с лазаньем)
					Ходьба по гимнастической скамейке руки в стороны с соскоком на мат	Прыжки на двух ногах через несколько линий	Бросание мяча о пол и ловля его двумя руками С		

Неделя	Построение, перестроения	Ходьба	Бег	ОРУ	Упражнения на равновесие	Прыжки	Метание	Лазание	Подвижные игры
2	Построение в шеренгу, в колонну по одному по росту, равнение в затылок	Ходьба обычная, на носках, на пятках, на внешней стороне стопы, с приседанием по сигналу	Бег обычный, на носках, с изменением темпа	Комплек с №3 (без предметов)		Прыжки на правой и левой ноге на месте З	Отбивание мяча о землю правой и левой рукой Ф		«Ловишки» (с бегом)
						Прыжки на правой и левой ноге с продвижением вперед	Отбивание мяча о землю правой и левой рукой С	Змейкой между предметами	

Неделя	Построение, перестроения	Ходьба	Бег	ОРУ	Упражнения на равновесие	Прыжки	Метание	Лазание	Подвижные игры
3	Построение в шеренгу, в колонну по одному по росту, равнение в затылок	Ходьба обычная, на носках, на пятках, приставным шагом в правую и левую сторону с остановкой по сигналу	Бег обычный, со сменой ведущего, с высоким подниманием колен	Комплекс №4 (с маленьким мячом)			Перебрасывание мяча из одной руки в другую Ф	По гимнастической скамейке на животе, подтягиваясь руками З	«Кто лучше прыгнет» (с прыжками)
					Ходьба по гимнастической скамейке с мешочком на голове С		Перебрасывание мяча из одной руки в другую и другу снизу	По гимнастической скамейке с опорой на ладони и колени	

Неделя	Построение, перестроения	Ходьба	Бег	ОРУ	Упражнения на равновесие	Прыжки	Метание	Лазание	Подвижные игры
4	Построение в шеренгу, в колонну по одному по росту, равнение в затылок	Ходьба обычная, на носках, на пятках, с перекатом с пятки на носок, «ниточка-иглочка»	Бег обычный, «ниточка-иглочка», с остановкой по сигналу	Комплекс №4 (с маленьким мячом)	Ходьба по канату З			По гимнастической скамейке, опираясь на предплечья и колени Ф	«Уголки» (с бегом)
					Ходьба по канату боком приставными шагами в правую и левую сторону	Прыжки на двух ногах между предметами С		То же	

Н О Я Б Р Ь

Неделя	Построение, перестроения	Ходьба	Бег	ОРУ	Упражнения на равновесие	Прыжки	Метание	Лазание	Подвижные игры
1	Построение в шеренгу, перестроение в колонну по одному, равнение на ведущего	Ходьба обычная, на носках, на пятках, враспынную	Бег обычный, с остановкой по сигналу	Комплек с №5 (без предметов)	Ходьба по гимнастической скамейке, руки в стороны С	Прыжки на двух ногах из кружка в кружок С			«Кто скорее доберется до флажка?» (с лазаньем)
					То же, перешагивая через кубики	Прыжки на двух ногах через предметы	«Попади в обруч» (метание) С		

2	Построение в шеренгу, перестроение в колонну по одному, равнение на месте	Ходьба обычная, на носках, на пятках, с высоким подниманием колена	Бег обычный, змейкой	Комплек с №5 (без предметов)		Прыжки на одной ноге через предметы Ф	Отбивание мяча о землю с продвижением вперед З		«Ловишки» (с бегом)
						То же, чередуя ноги	Игровое упражнение «Веселый мяч»	Игровое упражнение «Кто быстрее доползет» С	

Неделя	Построение, перестроения	Ходьба	Бег	ОРУ	Упражнения на равновесие	Прыжки	Метание	Лазание	Подвижные игры
3	Построение в шеренгу, в колонну по одному, поворот кругом переступанием	Ходьба обычная, на носках, на пятках, спиной вперед, на внешней стороне стопы	Бег обычный, короткой и длинной змейкой	Комплекс № 6 (с гимнастической палкой)	Ходьба по наклонной доске С		Отбивание мяча о землю на месте Ф	По гимнастической скамейке опираясь на предплечья и колени З	«Удочка» с прыжками
					Ходьба по наклонной доске С		То же с продвижением шагом вперед	То же	

4	Построение в шеренгу, перестроение в колонну по три, поворот кругом прыжком	Ходьба обычная, на носках, на пятках, «гусеница», «паровозик»	Бег обычный, в колонне по одному, враспынную	Комплекс №6 (с гимнастической палкой)	Ходьба по гимнастической скамейке руки в стороны З			На четвереньках, толкая головой мяч Ф	«Мышеловка» (с бегом)
					Ходьба по гимнастической скамейке руки на поясе	Прыжки с короткой скакалкой С		То же	

Д Е К А Б Р Ь

Неделя	Построение, перестроения	Ходьба	Бег	ОРУ	Упражнения на равновесие	Прыжки	Метание	Лазание	Подвижные игры
1	Построение в шеренгу, в колонну по три, повороты направо, налево, кругом	Ходьба обычная, на носках, на пятках, с преодолением препятствий	Бег обычный с изменением темпа	Комплекс №7 (без предметов)	Ходьба по гимнастической скамейке с перешагиванием через веревочки Ф	Прыжки в длину с места З			«Пожарные на ученье» (с лазаньем)
					То же через кубики	Прыжки в длину с места	Метание мячей в горизонтальную цель с расстояния С		

Неделя	Построение, перестроения	Ходьба	Бег	ОРУ	Упражнения на равновесие	Прыжки	Метание	Лазание	Подвижные игры
2	Построение в шеренгу, в колонну по три, размыкание в шеренге на вытянутые руки в стороны	Ходьба обычная, на носках, на пятках, приставным шагом правым и левым боком	Бег обычный, с захлестыванием голени, змейкой	Комплекс №7 (без предметов)		Прыжки на одной ноге на месте Ф	Метание на дальность правой и левой рукой З		«Мы веселые ребята» (с бегом)
						Прыжки на одной ноге на месте и с продвижением вперед	То же	Лазание по гимнастической стенке одноименным способом С	

Неделя	Построение, перестроения	Ходьба	Бег	ОРУ	Упражнения на равновесие	Прыжки	Метание	Лазание	Подвижные игры
3	Построение в шеренгу, в колонну по одному, перестроение в круг	Ходьба обычная, на носках, на пятках, спиной вперед, «медведи»	Бег обычный, в среднем темпе	Комплекс №8 (с гантелями)			Прокатывание набивного мяча Ф	Лазание одноименным способом с перехватом на соседний пролет З	«Не оставайся на полу» (с прыжками)
					По гимнастической скамейке руки в стороны С		Прокатывание набивного мяча змейкой	То же	

Неделя	Построение, перестроения	Ходьба	Бег	ОРУ	Упражнения на равновесие	Прыжки	Метание	Лазание	Подвижные игры
4	Занятие по интересам детей	Ходьба обычная, с заданием по сигналу (задание определяют дети)	Бег обычный, с заданием по сигналу (задание определяют дети)	С оборудованием на выбор детей	«Дорога препятствий» С	«Кто дальше» С	«Попади в цель» С	«Туннель приключений» С	Игра на выбор детей
					То же, с изменением заданий	То же, с изменением заданий	То же, с изменением заданий	То же, с изменением заданий	

Я Н В А Р Ь

Неделя	Построение, перестроения	Ходьба	Бег	ОРУ	Упражнения на равновесие	Прыжки	Метание	Лазание	Подвижные игры
1	ЗИМНИЕ ЗАБАВЫ								
2	Построение в шеренгу, в колонну по одному, перестроение в колонну по три	Ходьба обычная, на носках, на пятках, на внешней стороне стопы	Челночный бег	Комплекс №9 (без предметов)		Прыжки на двух ногах с продвижением вперед Ф	Метание мяча в вертикальную цель с расстояния 2,5 метра З	Подтягивание двумя руками по гимнастической скамейке С	«Ловишки» (с бегом)
						Прыжковая эстафета (Прыжки на двух ногах с продвижением вперед с предметом в руках)	«Охотники и утки»	«Достань до игрушки»	

Неделя	Построение, перестроения	Ходьба	Бег	ОРУ	Упражнения на равновесие	Прыжки	Метание	Лазание	Подвижные игры
3	Построение в шеренгу, перестроение в колонну по три	Ходьба обычная, на носках, на пятках, со сменой направления по сигналу, с выполнением заданий на равновесие	Бег обычный, змейкой, с высоким подниманием колена	Комплекс №10 (с флажками)	Ходьба по рейке приставляя пятку к носку ноги С		Упражнения из «Школы мяча» Ф	Перелезание через гимнастическую скамейку З	«Не оставайся на полу» (с прыжками)
					То же по гимнастической скамейке		Упражнения из «Школы мяча»	Перелезание через несколько предметов	
4	Построение в шеренгу, перестроение в два круга, повороты направо, налево, кругом	Ходьба обычная, на носках, на пятках, с высоким подниманием колена	Бег обычный, широким шагом, с захлестыванием голени	Комплекс №10 (с флажками)	Ходьба по наклонной доске прямо и боком З	Прыжки через короткую скакалку С		Пролезание между рейками Ф	«Хитрая лиса» (с бегом)
					Ходьба по наклонной доске прямо и боком на носках	Прыжки через длинную скакалку		То же	

Ф Е В Р А Л Ь

Неделя	Построение, перестроения	Ходьба	Бег	ОРУ	Упражнения на равновесие	Прыжки	Метание	Лазание	Подвижные игры
1	Построение в шеренгу, в колонну по одному, из колонны по одному в колонну по два в движении	Ходьба обычная, на носках, на пятках, перекатом с пятки на носок, широким шагом	Бег врассыпную, в колонне по одному, с изменением темпа	Комплекс №11 (без предметов)	Ходьба по гимнастической скамейке с приседанием посередине Ф	Спрыгивание с гимнастической скамейки на мягкое покрытие З	Упражнения из «Школы мяча» С		«Медведь и пчелы» (с лазанием)
					То же	Спрыгивание с гимнастической скамейки на мягкое покрытие	То же		
2	Построение в колонну в разных местах зала, перестроение в колонну по три	Имитирующая ходьба (лиса, волк, медведь, лошадки,...)	Бег обычный, медленный	Комплекс №11 (без предметов)		Прыжки ноги вместе – ноги врозь Ф	Отбивание мяча на месте правой и левой рукой З	Ползание на четвереньках, толкая головой мяч С	«Уголочки» (с бегом)
						Прыжки ноги вместе – ноги врозь с продвижением вперед	Отбивание мяча на месте правой и левой рукой попеременно	То же	

Неделя	Построение, перестроения	Ходьба	Бег	ОРУ	Упражнения на равновесие	Прыжки	Метание	Лазание	Подвижные игры
3	НЕДЕЛЯ ЗДОРОВЬЯ И СПОРТА								
4	Построение в шеренгу, перестроение в три колонны, размыкание в колонне	Ходьба обычная, на носках, на пятках, приставным шагом, с остановкой по сигналу	Бег обычный, с остановкой по сигналу	Комплекс №12 (с обручем)	Ходьба по узкой рейке гимнастической скамейки З	Прыжки из круга в круг С		По гимнастической стенке с изменением темпа Ф	«Бездомный заяц» (с бегом)
					То же	То же с большим количеством кругов		То же	

М А Р Т

Неделя	Построение, перестроения	Ходьба	Бег	ОРУ	Упражнения на равновесие	Прыжки	Метание	Лазание	Подвижные игры
1	Построение в шеренгу, в колонну по одному, перестроение в колонну по три, равнение на ведущего	Ходьба обычная, на носках, на пятках, на наружной стороне стопы, змейкой	Бег обычный, широким и мелким шагом, кружение парами	Комплекс №13 (без предметов)	Прокатывание мяча по гимнастической скамейке двумя руками Ф	Прыжки в высоту с разбега З	Перебрасывание мяча в парах из-за головы с отскоком от пола С		«Пожарные на ученье» (с лазаньем)
					То же, но одной рукой	То же, с акцентом на приземление	То же, от груди		
2	Построение в шеренгу, в колонну по одному, перестроение в колонну по три, повороты направо, налево, кругом	Ходьба обычная, на носках, на пятках, с высоким подниманием колена	Бег обычный, с препятствиями	Комплекс №13 (с маленьким мячом)		Боковой галоп 4 метра Ф	Отбивание мяча об пол и ловля его руками З	Ползание по скамейке на предплечьях и коленях (1 скамейка) С	«Затейники» (с бегом)
						Боковой галоп 5-6 метров	Отбивание мяча о скамейку и ловля его руками	Ползание по скамейке на предплечьях и коленях (2 скамейки)	

Неделя	Построение, перестроения	Ходьба	Бег	ОРУ	Упражнения на равновесие	Прыжки	Метание	Лазание	Подвижные игры
3	Построение в шеренгу, в колонну по одному, перестроения в движении	Ходьба обычная, на носках, на пятках, с перекатом с пятки на носок, приставным шагом вправо и влево	Бег обычный, боковой галоп вправо и влево	Комплекс № 14 (с султаничками)	Ходьба по гимнастической скамейке, на середине присесть, коснуться руками скамейки, выпрямиться С		Отбивание мяча о стенку и ловля его с хлопком Ф	Ползание по гимнастической скамейке на животе З	«Удочка» (с прыжками)
					Ходьба по гимнастической скамейке, на середине присесть		Отбивание мяча о стенку с поворотом	То же	
4	Построение в шеренгу, перестроение в колонну по три, повторение различных перестроений	Ходьба обычная, на носках, на пятках, имитация походок животных	Бег обычный, с высоким подниманием колена, с остановкой по сигналу	Комплекс № 14 (с султаничками)	Ходьба по гимнастической скамейке боком приставным шагом З	Прыжки через длинную скакалку С		Влезание по наклонной лестнице, сплезание по вертикальной Ф	«Караси и щука» (с бегом)
					То же, но две скамейки	То же		То же	

А П Р Е Л Ь

Неделя	Построение, перестроения	Ходьба	Бег	ОРУ	Упражнения на равновесие	Прыжки	Метание	Лазание	Подвижные игры
1	Построение в шеренгу, в колонну по одному, перестроение в колонну по четыре	Ходьба обычная, на носках, на пятках, на внешней стороне стопы, с выполнением заданий на равновесие	Бег обычный, змейкой короткой и длинной	Комплекс №15 (без предметов)	По гимнастической скамейке с раскладыванием и собиранием кубиков Ф	Прыжки в высоту с разбега З	Метание на дальность правой и левой рукой С		«Медведь и пчелы» (с лазаньем)
					То же	Прыжки в высоту с разбега	То же		
2	Построение в шеренгу, в колонну по одному, в колонну по четыре, размыкание в шеренге	Ходьба обычная, на носках, на пятках, скрестный шаг, враспынную	Бег обычный, с высоким подниманием колена	Комплекс №15 (без предметов)		Прыжки в длину с разбега Ф	Метание в вертикальную цель правой и левой рукой З	Пролезание между рейками С	«Пустое место» (с бегом)
						Прыжки в длину с разбега	То же	То же	

Неделя	Построение, перестроения	Ходьба	Бег	ОРУ	Упражнения на равновесие	Прыжки	Метание	Лазание	Подвижные игры
3	Построение в шеренгу, повороты переступанием и прыжками, перестроение в два круга	Ходьба обычная, на носках, на пятках, спиной вперед, с поворотом	Бег обычный, в сочетании с галопом, кружение парами	Комплекс №16 (с гимнастическими палками)	Ходьба по гимнастической скамейке с поворотом кругом С		Упражнения «Школы мяча» Ф	Лазанье на четвереньках, толкая головой мяч З	«Удочка» (с прыжками)
					То же		Упражнения «Школы мяча»	То же	
4	Построение в шеренгу, перестроение в два круга	Ходьба обычная, на носках, на пятках, перекатом с пятки на носок	Бег обычный, широким и мелким шагом, подскоки	Комплекс №16 (с гимнастическими палками)	Прокатывание по гимнастической скамейке мяча двумя руками З	Прыжки в длину с разбега С		Ползание попластунски Ф	«Сделай фигуру» (с бегом)
					То же, но одной рукой	Прыжки в длину с разбега		Ползание попластунски	

М А Й

Неделя	Построение, перестроения	Ходьба	Бег	ОРУ	Упражнения на равновесие	Прыжки	Метание	Лазание	Подвижные игры
1	Построение в шеренгу, в колонну по одному, перестроение в колонну по три, повороты направо, налево, кругом	Ходьба обычная, на носках, на пятках, со сменой положения рук, скрестный шаг	Бег непрерывный в течении 1,5 минут в медленном темпе	Комплекс №17 (без предметов)	По узкой рейке Ф	Прыжки в высоту с места прямо через предметы З	Перебрасывание мяча друг другу от груди С		«Мышеловка» (с лазаньем)
					Ходьба по узкой рейке гимнастической скамейки	Прыжки в высоту с места прямо и боком через предметы	То же, различными способами		
2	Построение в шеренгу, в колонну по одному, размыкание в колонне на вытянутые руки вперед	Ходьба обычная, на носках, на пятках, со сменой направления	Бег обычный, с препятствиями	Комплекс №17 (без предметов)		Прыжки в высоту с разбега Ф	Отбивание мяча о землю правой и левой рукой З	Лазание по гимнастической стенке одноименным способом С	«Гуси-лебеди» (с бегом)
						Прыжки в высоту с разбега с акцентом на приземлении	То же	Лазание по гимнастической стенке одноименным способом	

Неделя	Построение, перестроения	Ходьба	Бег	ОРУ	Упражнения на равновесие	Прыжки	Метание	Лазание	Подвижные игры
3	Построение в шеренгу, в колонну по одному, перестроение в колонну по четыре	Ходьба обычная, на носках, на пятках, скрестный шаг, враспынную	Бег обычный, змейкой короткой и длинной	Комплекс №18 (с массажным мячом)			Метание на дальность правой и левой рукой С	Влезание по наклонной лестнице, слезание по вертикальной С	«Удочка» (с прыжками)
							То же	То же	
4	Построение в шеренгу, в колонну по одному, перестроение в колонну по четыре	Ходьба обычная, на носках, на пятках, перекатом с пятки на носок	Бег обычный, боковой галоп вправо и влево	Комплекс №18 (с массажным мячом)	Ходьба по скамье с приседанием посередине			Лазание по гимнастической стенке разноименным способом	«Караси и щука» (с бегом)

Подготовительная группа

СЕНТЯБРЬ

Неделя	Построение, перестроения	Ходьба	Бег	ОРУ	Упражнения на равновесие	Прыжки	Метание	Лазание	Подвижные игры
1	Построение в шеренгу, перестроение в колонну по три, повороты направо, налево, кругом	Ходьба на носках, на пятках, приставным шагом вправо и влево, со сменой направления	Бег обычный, по кругу, змейкой	Комплекс №1 (без предметов)	Ходьба Боком по канату с мешочком на голове С	Прыжки на одной ноге через шнур Ф	Отбивание мяча на месте правой и левой рукой С		«Перелет птиц» (с лазаньем)
2	Построение в шеренгу, в колонну по одному, равнение на ведущего, повороты на месте направо	Ходьба обычная, на носках, на пятках, на внешнем своде стопы, с высоким подниманием колена	Бег обычный, врассыпную, с захлестыванием голени	Комплекс №1 (без предметов)		Прыжки на батут и спрыгивание на коврик С	Перебрасывание мяча друг другу из положения сидя, ноги скрестно, способом от груди Ф	Ползание по скамье на спине	«Совушка» (с бегом)

3	Построение в шеренгу, в колонну по одному, перестроение из одной колонны в круг, размыкание и смыкание по кругу	Ходьба обычная, на носках, на пятках, перекатом с пятки на носок, правым и левым боком	Бег обычный, боковой галоп вправо и влево	Комплекс №2 (с гимнастической палкой)	Ходьба по узкой рейке гимнастической скамейки С		Метание в движущуюся цель Ф	Ползание на четвереньках, на животе З	«Лягушки и цапли» (с прыжками)
					То же, правым и левым боком		То же, из разных исходных положений	То же в игре	
4	Построение в шеренгу, перестроение в колонну по три, повороты направо, налево, кругом	Ходьба обычная, на носках, на пятках, гимнастическим шагом, в полуприседе	Бег обычный, со сменой ведущего	Комплекс №2 (с гимнастической палкой)	Ходьба по гимнастической скамейке, приседая посередине на одной ноге Ф	Прыжки в длину с места С		Перелезание с пролета на пролет гимнастической стенки по диагонали З	«Краски» (с бегом)
					То же, пронося другую махом вперед сбоку скамейки			Прыжки в длину с разбега	

ОКТАБРЬ

Неделя	Построение, перестроения	Ходьба	Бег	ОРУ	Упражнения на равновесие	Прыжки	Метание	Лазание	Подвижные игры
1	Построение в шеренгу, в колонну по одному, равнение на ведущего, повороты на месте направо	Ходьба обычная, на носках, на пятках, на внешнем своде стопы, с высоким подниманием колена	Бег медленный в течение 2,5-3 минут	Комплекс №3 (без предметов)	Ходьба по гимнастической скамейке, приседая на одной ноге З	Прыжки с коврика на коврик на двух ногах Ф	Перебрасывание мяча друг другу от груди (2,5-3 метра) С		«Перелет птиц» (с лазаньем)
					То же, пронести другую махом вперед сбоку скамейки	С поворотом туловища на 90 градусов	От груди в пол и ловля после отскока		
2	Построение в шеренгу, перестроение в колонну по одному, перестроение в два круга	Ходьба на носках, на пятках, приставным шагом вправо и влево, со сменой направления	Бег обычный, с захлестыванием голени	Комплекс №3 (без предметов)		Прыжки на одной ноге через линию Ф	Перебрасывание мяча друг другу из-за головы через препятствие З	Под дугу правым и левым боком, продвигаясь вперед С	«Перемены предмет» (с бегом)
						Прыжки на одной ноге через веревку вперед и назад	Увеличить расстояние или увеличить высоту препятствия	Ходьба по шнуру с выполнением подлезания под дугу	

Неделя	Построение, перестроения	Ходьба	Бег	ОРУ	Упражнения на равновесие	Прыжки	Метание	Лазание	Подвижные игры
3	Построение в шеренгу, в колонну по росту, перестроение в колонну по три	Ходьба обычная, на носках, на пятках, с перешагиванием через предметы	Бег обычный, змейкой в среднем темпе	Комплекс №4 (с обручем)	Ходьба прямо по шесту с мешочком на голове С		Перебрасывание мяча другому из положения сидя, ноги скрестно, способом от груди З	По гимнастической стенке (одноименным способом) З	«Лягушки и цапля» (с прыжками)
					Приставным шагом с мешочком на голове		То же	С изменением темпа (одноименным способом)	
4	Построение в шеренгу, перестроение в три колонны в движении из колонны по одному, повороты	Ходьба обычная, на носках, на пятках, с высоким подниманием колена, на внешней стороне стопы	Бег обычный, со сменой ведущего, в чередовании с прыжками	Комплекс №4 (с обручем)	Ходьба по ребристой доске, перекладывая мяч из руки в руку З	С продвижением вперед, ноги вместе – ноги врозь С		По гимнастической стенке разноименным способом Ф	«Совушка» (с бегом)
					То же, на носках	Классики		То же	

НОЯБРЬ

Неделя	Построение, перестроения	Ходьба	Бег	ОРУ	Упражнения на равновесие	Прыжки	Метание	Лазание	Подвижные игры
1	Перестроение из колонны в шеренгу (различными способами), построение в три колонны	Ходьба обычная, на носках, на пятках, с высоким подниманием колен, по сигналу приседание	Бег обычный, по кругу, змейкой	Комплекс №5 (без предметов)	Ходьба по гимнастической скамейке, поднимая прямую ногу Ф	Перепрыгивание последовательно через 5-6 набивных мячей на двух ногах З	Отбивание мяча на месте правой и левой рукой С		«Ловля обезьян» (с лазаньем)
					То же, делая под ней хлопок	То же, правым и левым боком	То же, чередуя руки		
2	Построение в шеренгу, в колонну по одному, перестроение в колонну по три, размыкание в шеренге	Ходьба обычная, на носках, на пятках, на внешней стороне стопы, гимнастическим шагом	Бег обычный, выбрасывая прямые ноги вперед	Комплекс №5 (без предметов)		Прыжки на одной ноге через шнур З	Метание в горизонтальную цель 3-4 метра мешочком с песком правой и левой рукой З	Лазанье по гимнастической стенке с переходом с пролета на пролет С	«Ловишка», бери ленту» (с бегом)
						То же, с продвижением на одной ноге вправо, влево через шнур	Увеличить расстояние до 4-5 метров	То же	

Неделя	Построение, перестроения	Ходьба	Бег	ОРУ	Упражнения на равновесие	Прыжки	Метание	Лазание	Подвижные игры
3	Построение в шеренгу, расчет на первый-второй и перестроение из одной шеренги в две, размыкание в колонне	Ходьба обычная, на носках, на пятках, с высоким подниманием колен, с остановкой по сигналу на одной ноге	Бег обычный, с остановкой по сигналу, кружение на месте	Комплекс №6 (с маленьким мячом)	Приседание на набивном мяче 5-6 штук С		Метание в вертикальную цель (кольцо) с расстояния 2 метров Ф	Подлезание под несколько пособий подряд (обручи, дуги, скамейки, туннели) З	«Не попадишь» (с прыжками)
					БРОСОК, ПОДЛЕЗАНИЕ, РАВНОВЕСИЕ С МЯЧОМ В РУКАХ (КРУГОВАЯ) Выполнение поточное				
4	Построение в шеренгу, перестроение в три колонны, размыкание и смыкание приставным шагом	Ходьба обычная, на носках, на пятках, в полуприседе	Бег обычный, враспыну, с захлестыванием голени	Комплекс №6 (с маленьким мячом)	Ходьба по наклонной доске З	Перепрыгивание через предметы высота 20 см (5-6 предметов) С		Лазанье по гимнастической стенке по диагонали Ф	«Горелки» (с бегом)
					То же, с переходом на гимнастическую стенку	То же, 8-9 предметов		То же	

ДЕКАБРЬ

Неделя	Построение, перестроения	Ходьба	Бег	ОРУ	Упражнения на равновесие	Прыжки	Метание	Лазание	Подвижные игры
1	Построение в шеренгу, повороты в движении направо, налево, перестроение в колонну по три	Ходьба обычная, на носках, на пятках, с поворотом, перепрыгивая препятствия	Бег с преодолением препятствий	Комплекс №7 (без предметов)	Ходьба по гимнастической скамейке, приседая на одной ноге, другую прямую махом пронести сбоку вперед Ф	Прыжки через натянутый шнур высота 20 см З	«Школа мяча» С		«Перелет птиц» (с лазанием)
					Ходьба по гимнастической скамейке, на середине перепрыгнуть через веревку		«Школа мяча»		
2	Построение в шеренгу, перестроение в колонну по три, размыкание и смыкание приставным шагом вправо и влево	Ходьба обычная, на носках, на пятках, перекатом с пятки на носок	Бег обычный, враспыну	Комплекс №7 (без предметов)		Прыжки через скакалку Ф	Метание мешочков в обруч, лежащий на полу (правой и левой рукой) З	Пролезание в обруч разными способами С	«Два Мороза» (с бегом)
						То же	То же	Пролезание в несколько обручей подряд	

Неделя	Построение, перестроения	Ходьба	Бег	ОРУ	Упражнения на равновесие	Прыжки	Метание	Лазание	Подвижные игры
3	Построение в шеренгу, перестроение из колонны по одному в три колонны парами	Ходьба обычная, на носках, на пятках, с перешагиванием и прыжками через предметы	Бег обычный, между предметами на носках, с перепрыгиванием через предметы	Комплекс №8 (с лентами)	Ходьба по гимнастической скамейке с приседанием посередине С		Метание в движущуюся цель Ф	Ползание на четвереньках, толкая перед собой головой мяч З	«Волк во рву» (с прыжками)
					То же, только боком		То же	То же	
4	Построение в шеренгу, перестроение в колонну по три, равнение в затылок, повороты кругом	Ходьба обычная, на носках, на пятках, приставным шагом вперед и назад	Бег обычный, с поворотом, остановкой по сигналу	Комплекс №8 (с лентами)	Ходьба по гимнастической скамейке раскладывая и собирая предметы З	Прыжки на одной ноге на месте С		Ползание на спине по гимнастической скамейке, отталкиваясь ногами Ф	«Чье звено скорее соберется?» (с бегом)
					То же	То же, с продвижением вперед		То же	

Я Н В А Р Ь

Неделя	Построение, перестроения	Ходьба	Бег	ОРУ	Упражнения на равновесие	Прыжки	Метание	Лазание	Подвижные игры
1	Зимние забавы								
2	Построение в шеренгу, расчет на 1,2; построение в два круга	Ходьба обычная, на носках, на пятках, на внешней стороне стопы, в полуприседе	Бег руки прямые за спиной, с захлестыванием голени, прямой галоп	Комплекс №9 (без предметов)		Прыжки в длину с разбега Ф	Ведение мяча в разных направлениях З	Ползание на животе по гимнастической скамейке С	«Быстро возьми, быстро положи» (с бегом)
						То же	То же, с забрасыванием в баскетбольное кольцо	Ползание по гимнастической скамейке на спине	

Неделя	Построение, перестроения	Ходьба	Бег	ОРУ	Упражнения на равновесие	Прыжки	Метание	Лазание	Подвижные игры
3	Построение в шеренгу, перестроение в четыре колонны через середину зала, расхождение парами налево и направо	Ходьба обычная, на носках, на пятках, с ритмичными хлопками вверху, под правой и левой ногами	Бег выбрасывая прямые ноги вперед, мелким и широким шагом	Комплекс №10 (с обручем, два ребенка с одним обручем)	Ходьба по гимнастической скамейке приставным шагом С		Перебрасывание мяча друг другу через сетку высота 2-3 метра Ф	Перелазание через гимнастическую скамейку З	«Лягушки и цапля» (с прыжками)
					То же, с мешочком на голове		То же, высота 3-4 метра	То же и ползание по бревну	
4	Построение в шеренгу, расчет на 1,2; перестроение в два круга	Ходьба обычная, на пятках, на внешнем своде стопы, с перекатом с пятки на носок	Бег обычный, в чередовании с подскоками, лицом и спиной вперед	Комплекс №10 (с обручем, два ребенка с одним обручем)	Ходьба по гимнастической скамейке с подниманием прямой ноги, делая под ней хлопок З	Прыжки в высоту с места С		Ползание по гимнастической стенке разноименным способом Ф	«Два Мороза» (с бегом)
					То же	Прыжки в высоту с разбега		То же, с изменением темпа	

Ф Е В Р А Л Ь

Неделя	Построение, перестроения	Ходьба	Бег	ОРУ	Упражнения на равновесие	Прыжки	Метание	Лазание	Подвижные игры
1	Построение в шеренгу, перестроение из одной шеренги в две, из 2 шеренг в 4, затем в 4 круга	Ходьба обычная, на носках, на пятках, змейкой, в чередовании с прыжками через стойки	Бег змейкой между предметами	Комплекс №11 (без предметов)	Ходьба по гимнастической скамейке с приседанием и поворотом кругом Ф	Прыжки с зажатым между ногами мешочком (5-6 м) З	Метание мешочка на дальность (6-12 м) С		«Перелет птиц» (с лазаньем)
					Ходьба по набивным мячам, с поворотом на каждом третьем	Добавить прыжки между предметами, а не по прямой	Метание мешочка в вертикальную цель, стоя на коленях		
2	Построение в колонну в разных местах зала, размыкание и смыкание приставным шагом, в правую и левую сторону	Ходьба с выполнением заданий с мячом	Бег с выполнением заданий по сигналу	Комплекс №11 (без предметов)		Прыжки через скамейку с опорой на руки Ф	Ведение мяча в разных направлениях З	Лазанье по гимнастической стенке с перелезанием с пролета на пролет С	«Догони свою пару» (с бегом)
						То же	Ведение мяча между предметами с забрасыванием его в корзину	То же	

Неделя	Построение, перестроения	Ходьба	Бег	ОРУ	Упражнения на равновесие	Прыжки	Метание	Лазание	Подвижные игры
3	НЕДЕЛЯ ЗДОРОВЬЯ И СПОРТА								
4	Построение в шеренгу, расчет на 1,2; перестроение в две шеренги, две колонны	Ходьба с выполнением заданий по сигналу	Бег с изменением темпа	Комплекс №12 (с гимнастической палкой)		Подпрыгивание на 2 ногах, стоя на скамейке, продвигаясь вперед З		Лазание на четвереньках по горизонтальной лестнице, приподнятой на высоту 50 см Ф	«Ловишки со снежком» (с бегом)
						То же, только перепрыгивать мешочек с песком		То же	

М А Р Т

Неделя	Построение, перестроения	Ходьба	Бег	ОРУ	Упражнения на равновесие	Прыжки	Метание	Лазание	Подвижные игры
1	Построение в колонну по одному, самостоятельное перестроение в две колонны	Ходьба обычная, на носках, на пятках, на внешней стороне стопы, с высоким подниманием бедра	Бег обычный, широким шагом, поскоки	Комплекс №13 (без предметов)	Ходьба по гимнастической скамейке выполняя на середине прыжок Ф	Прыжки на месте через короткую скакалку на двух ногах З	«Веселый тир» С		«Перелет птиц» (с лазанием)
					Ходьба по двум скамейкам: на первой – прыжок, на второй - приседание	То же, на одной ноге	Соревнования метких стрелков		
2	Построение в шеренгу, в колонну по одному, размыкание, смыкание в шеренге и колонне	Ходьба обычная, на носках, на пятках, со сменой темпа, с остановкой по сигналу	Бег в медленном темпе в чередовании со скоростным по диагонали	Комплекс №13 (без предметов)		Через длинную скакалку по одному Ф	Перебрасывание мяча друг другу произвольно или разными способами З	Подлезание под несколько пособий подряд разными способами С	«Краски» (с бегом)
						То же, Парами	То же	То же	

Неделя	Построение, перестроения	Ходьба	Бег	ОРУ	Упражнения на равновесие	Прыжки	Метание	Лазание	Подвижные игры
3	Построение в шеренгу, в колонну по одному, перестроение из одной колонны в круг, в несколько кругов из одного	Ходьба обычная, на носках, на пятках, мелким и широким шагом, в полном приседе	Бег обычный, челночный	Комплекс №14 (с султанчиками)	Перешагивание через обручи, положенные на 2 параллельно поставленные скамейки Ф		Упражнения из «Школы мяча» С	Ползание на спине по гимнастической скамейке, отталкиваясь ногами З	«Не попадись» (с прыжками)
					То же, правым и левым боком		То же	То же, используя две скамейки	
4	Построение в шеренгу, перестроение в колонну по два, три, четыре, повороты направо, налево, кругом переступанием	Ходьба обычная, на носках, на пятках, гимнастическим шагом, с остановкой, прыжком и приседанием по сигналам	Бег обычный, бег с изменением темпа	Комплекс №14 (с султанчиками)	Ходьба по узкой рейке гимнастической скамейки прямо З	Прыжки с зажатым между ногами мешочком на 5-6 м С		Лазание по наклонной доске на четвереньках, подняться по гимнастической стенке и спуститься по доске Ф	«Охотники и звери» (с метанием)
					То же	То же		То же, и перейти на последний пролет	

А П Р Е Л Ь

Неделя	Построение, перестроения	Ходьба	Бег	ОРУ	Упражнения на равновесие	Прыжки	Метание	Лазание	Подвижные игры
1	Перестроение из колонны в шеренгу (различными способами), построение в три колонны	Ходьба обычная, на носках, на пятках, полуприсед, полный присед	Бег обычный, со сменой направления по сигналу	Комплекс №15 (без предметов)	Ходьба по гимнастической скамейке, на середине выполнить ласточку Ф	Прыжки через большой обруч, как через скакалку З	Отбивание мяча на месте и с последующим броском в баскетбольное кольцо С		«Горелки» (с бегом)
					Ходьба по узкой рейке гимнастической скамейки – ласточка на середине	Увеличить темп и разнообразить виды прыжков	Увеличить высоту и расстояние		
2	Построение в шеренгу, перестроение в колонну по одному, перестроение в колонну по три, повороты направо, налево, кругом	Ходьба на носках, на пятках, на внешней стороне стопы, приставным шагом назад, вперед, по сигналу – смена направления	Бег обычный, по сигналу найти себе пару	Комплекс №15 (без предметов)		Прыжки с продвижением вперед Ф	Перебрасывание малого мяча из рук в руки З	«Скалолазы» С	Перемени предмет (с бегом)
						Прыжки с продвижением вперед по наклонной поверхности	То же, в продвижении вперед	То же	

Неделя	Построение, перестроения	Ходьба	Бег	ОРУ	Упражнения на равновесие	Прыжки	Метание	Лазание	Подвижные игры
3	Строевые упражнения расчет на 1, 2, 3; перестроение в три круга (круговая тренировка)	Ходьба на носках, на пятках, с высоким подниманием колена, с преодолением препятствий	Бег обычный с прыжками через стойки	Комплек с №16 (с маленьким мячом)	Ходьба по дорожке из набивных мячей на каждом 3 присесть С	Классики, прыжки на скакалке, через обруч С	Кольцеброс С	Ползание на животе по гимнастической скамейке, подтягиваясь руками С	По выбору детей
					Ходьба по гимнастической скамейке, приседая на одной ноге и пронося другую махом вперед сбоку скамейки	Прыжки с высоты 40 см	Отбивание мяча на месте правой и левой рукой поочередно с последующим забрасыванием его в баскетбольное кольцо	Лазанье по гимнастической стенке разноименным способом с переходом с пролета на пролет	
4	Построение в шеренгу, повороты направо, налево, кругом, размыкание и смыкание	Закрепление различных видов ходьбы с выполнением заданий для рук	Закрепление различных видов бега	Комплек с №16 (с маленьким мячом)	ПОЛОСА ПРЕПЯТСТВИЙ				«Коршун и наседка» (с бегом)
					Ходьба по гимнастическому бревну, приседая посередине, спрыгивание на мат	Прыжок в длину с разбега	Метание мяча в баскетбольное кольцо	Пролезание между двумя рейками гимнастической стенки правым и левым боком	

М А Й

Неделя	Построение, перестроения	Ходьба	Бег	ОРУ	Упражнения на равновесие	Прыжки	Метание	Лазание	Подвижные игры
1	Построение в шеренгу, расчет на первый, второй. Перестроение в две шеренги. Первые номера направо, вторые налево	Ходьба обычная в двух встречных колоннах, на носках, на пятках, с приседанием по сигналу, в полуприседе	Бег непрерывный в течении 2,5 минут в медленном темпе	Комплекс №17 (без предметов)	Ходьба по гимнастической скамейке с мешочком на голове, руки в стороны С	Прыжки на одной ноге правой и левой поочередно С	Ведение мяча в разных направлениях С		«Ловля обезьян» (с лазанием)
					То же, боком приставным шагом	То же, с продвижением вперед	То же, чередуя руки, останавливаясь по сигналу		«Краски» (с бегом)
2	Построение в шеренгу, в колонну по одному, перестроение в колонну по три, повороты направо, налево, кругом	Ходьба обычная, на носках, на пятках, змейкой, врассыпную	Бег обычный, в чередовании с прыжками	Комплекс №17 (без предметов)		Прыжки в высоту с места прямо через предметы С	Метание на дальность правой и левой рукой С	Лазанье на четвереньках, толкая головой мяч С	
						То же, прямо и боком через предметы	Увеличить расстояние	То же	

Неделя	Построение, перестроения	Ходьба	Бег	ОРУ	Упражнения на равновесие	Прыжки	Метание	Лазание	Подвижные игры
3	Построение в шеренгу, в колонну по одному, перестроение из одной колонны в круг, в несколько кругов из одного	Ходьба обычная, на носках, на пятках, полуприсед, полный присед	Бег обычный с прыжками через стойки	Комплекс №18 (с массажным мячом)	Перешагивание через обручи, положенные на 2 параллельно поставленные скамейки Ф		Метание мяча в баскетбольное кольцо	Лазанье по гимнастической стенке разноименным способом с переходом с пролета на пролет	По выбору детей
4	Построение в шеренгу, повороты направо, налево, кругом, размыкание и смыкание	Ходьба обычная, на носках, на пятках, со сменой темпа, с остановкой по сигналу	Бег обычный, со сменой направления по сигналу	Комплекс №18 (с массажным мячом)		Прыжок в длину с разбега	Перебрасывание малого мяча из рук в руки	Ползание на животе по гимнастической скамейке, подтягиваясь руками	По выбору детей

Планирование физкультурных развлечений на 2020 -2021 учебный год

Группа	сентябрь	октябрь	ноябрь	декабрь	январь	февраль	март	апрель	май
2 младшая	«В осеннем лесу»	«Мы растем сильными и здоровыми»	«Автобус нас везет»	«На помощь елочке»	«Веселый снежок»	«Сильные папы»	«Красивые мамы»	«Солнышко и тучка»	«На полянке лесной»
Средняя	«Собираем урожай»	«Папа, мама, я – спортивная семья»	«Незнайка в нашем городе»	«К Дедушке Морозу»	«Я на саночках лечу»	«Сильные папы»	«А ну-ка, девочки»	«Сильные и ловкие»	«Солнышко лучистое»
Старшая	«Осенние эстафеты»	«Забег здоровья»	«Впереди планеты всей»	«Новогодние старты»	«Зимние катания»	«Веселые старты»	«Выше, быстрее, сильнее»	«Народные игры»	Ко Дню защиты детей «В поисках клада»
Подготовительная	«Осенние эстафеты»	«Я вырасту здоровым»	«Россия, вперед!»	«Новогодние старты»	«Зимние катания»	«Ловкие и смелые»	«Ловкие и красивые»	«Весна красна»	Ко Дню защиты детей «В поисках клада»