

РАССМОТРЕНО

на заседании

Педагогического совета № 1

от « 3 » 09 2020 г.

Председатель _____

ПРОВЕРЕНО

Руководитель СП-д/с «Сказка» Т.В. Соломонова

« 10 » 09 2020 г.

УТВЕРЖДЕНО

к использованию в

воспитательно -образовательном процессе

СП – д/с «Сказка»

на 2020-2021 учебный год

Приказ № 14 от « 10 » 09 2020 г.

Директор школы: Т.В. Соломонова

/Т.В. Соломонова/

**Рабочая программа инструктора по физической культуре
(составлена на основе адаптированной основной
общеобразовательной программы дошкольного образования
ГБОУ СОШ №1 п.г.т. Суходол СП – д/с «Сказка»)**

Разработчик: Торопынина Г.В

Суходол, 2020

Содержание

I. Целевой раздел.

1.1. Пояснительная записка.....	3
а) Цели и задачи реализации Программы.....	3
б) Принципы и подходы к формированию Программы.....	3
в) Характеристики особенностей развития детей 2-7 лет.....	4
1.2 Планируемые результаты освоения Программы.....	7

Оценочные материалы

II. Содержательный раздел

2.1. Содержание образовательной деятельности по освоению детьми 5-7 лет образовательной области «Физическое развитие».....	9
2.2. Годовое комплексно-тематическое планирование	15
2.3. Описание форм, методов, приемов и средств реализации программы с учетом возрастных и индивидуальных особенностей воспитанников	16
2.4. Способы поддержки детской инициативы	18

III. Организационный раздел

3.1. Описание материально – технического обеспечения области «Физическое развитие».....	71
3.2. Двигательный режим дошкольника	72
3.3. Организация ОД	72
3.4. Циклограмма рабочего времени	74
3.5. Перечень методических материалов	76

Целевой раздел

1.1. Пояснительная записка

Рабочая программа инструктора по физической культуре разработана на основе ООП ДО ГБОУ СОШ №1 п.г.т. Суходол СП – д/с «Сказка».

В соответствии с нормативными документами:

. Федеральным законом от 29.12.2012 №273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации».

2. Приказом Министерства образования и науки РФ от 17.10.2013 №1155 «Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта дошкольного образования».

3. «Санитарно-эпидемиологическими требованиями к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи» СП 2.4.3648-20, утвержденные постановлением Главного государственного санитарного врача РФ от 28.09.2020 №28.

4. Приказом Минпросвещения России от 31.07.2020 №373 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по основным общеобразовательным программам – образовательным программам дошкольного образования».

Содержание образовательной области «Физическое развитие» направлено на достижение целей формирования у детей интереса и ценностного отношения к занятиям физической культурой, гармоническое физическое развитие, а также охрану здоровья детей и формирования основы культуры здоровья.

а) Цели и задачи реализации Программы

Цель – развитие творчества в различных сферах двигательной активности и на этой основе – формирование осмысленности и произвольности движений, физических качеств, обогащение двигательного опыта.

Центральное направление работы в области «Физическое развитие» – содействие ребенку в открытии «необыденного» мира движений. Это предполагает выделение таких характеристик движений, благодаря которым со временем они могут стать для детей особым объектом проектирования, конструирования, преобразования, познания и оценки, и тем самым по настоящему произвольными.

б) принципы и подходы к формированию Программы

— поддержки разнообразия детства, сохранения уникальности и самоценности детства как важного этапа в развитии человека;

— уважения личности ребенка;

— личностно-развивающего и гуманистического характера взаимодействия взрослых и детей;

— реализации программы в формах, специфических для детей дошкольного возраста, прежде всего в игре, познавательной и исследовательской деятельности, творческой активности.

в) Характеристики особенностей физического развития детей дошкольного возраста от 3 до 4 лет

В возрасте 3 – 4 лет ребёнок постепенно выходит за пределы семейного круга. Его общение становится внеситуативным. Взрослый становится для ребёнка не только членом семьи, но и носителем определённой общественной функции. Желание ребёнка выполнять такую же функцию приводит к противоречию с его реальными возможностями. Это противоречие разрешается через развитие игры, которая становится ведущим видом деятельности в дошкольном возрасте.

Главной особенностью игры является её условность: выполнение одних действий с одними предметами предполагает их отнесённость к другим действиям с другими предметами. Основным содержанием игры младших дошкольников являются действия с игрушками и предметами-заместителями. Продолжительность игры небольшая. Младшие дошкольники ограничиваются игрой с одной-двумя ролями и простыми, неразвёрнутыми сюжетами. Игры с правилами в этом возрасте только начинают формироваться.

Продолжает развиваться наглядно-действенное мышление. При этом преобразования ситуаций в ряде случаев осуществляются на основе целенаправленных проб с учётом желаемого результата. Дошкольники способны установить некоторые скрытые связи и отношения между предметами.

В младшем дошкольном возрасте начинает развиваться воображение, которое особенно наглядно проявляется в игре, когда одни объекты выступают в качестве заместителей других.

Взаимоотношения детей ярко проявляются в игровой деятельности. Они скорее играют рядом, чем активно вступают во взаимодействие. Однако уже в этом возрасте могут наблюдаться устойчивые избирательные взаимоотношения. Конфликты между детьми сверстников во многом определяется мнением воспитателя.

В младшем дошкольном возрасте можно наблюдать соподчинение мотивов поведения в относительно простых ситуациях. Сознательное управление поведением только начинает складываться; во многом поведение ребёнка ещё ситуативное. Вместе с тем можно наблюдать и случаи ограничения собственных побуждений самим ребёнком, сопровождаемые словесными указаниями. Начинает развиваться самооценка, при этом дети в значительной

мере ориентируются на оценку воспитателя. Продолжает развиваться также их половая идентификация, что проявляется в характере выбираемых игрушек и сюжетов.

Характеристики особенностей физического развития детей дошкольного возраста от 4 до 5 лет

В игровой деятельности детей среднего дошкольного возраста появляются ролевые взаимодействия. Они указывают на то, что дошкольники начинают отделять себя от принятой роли. В процессе игры роли могут меняться не ради них самих, а ради смысла игры. Происходит разделение игровых и реальных взаимодействий детей.

Двигательная сфера ребёнка характеризуется позитивными изменениями мелкой и крупной моторики. Развиваются ловкость, координация движений. Дети в этом возрасте лучше, чем младшие дошкольники, удерживают равновесие, перешагивают через небольшие преграды. Усложняются игры с мячом.

Увеличивается устойчивость внимания. Ребёнку оказывается доступной сосредоточенная деятельность в течение 15 – 20 минут. Он способен удерживать в памяти при выполнении каких-либо действий несложное условие.

Изменяется содержание общения ребёнка и взрослого. Оно выходит за пределы конкретной ситуации, в которой оказывается ребёнок. Ведущим становится познавательный мотив. Информация, которую ребёнок получает в процессе общения, может быть сложной и трудной для понимания, но она вызывает у него интерес.

У детей формируется потребность в уважении со стороны взрослого, для них оказывается чрезвычайно важной его похвала. Это приводит к их повышенной обидчивости на замечания. Повышенная обидчивость представляет собой возрастной феномен.

Взаимоотношения со сверстниками характеризуются избирательностью, которая выражается в предпочтении одних детей другим. Появляются постоянные партнёры по играм. В группах начинают выделяться лидеры. Появляются конкурентность, соревновательность. Последняя важна для сравнения себя с другим, что ведёт к развитию образа Я ребёнка, его детализации. Основные достижения возраста связаны с развитием игровой деятельности; появлением ролевых и реальных взаимодействий.

Характеристики особенностей физического развития детей дошкольного возраста от 5 до 6 лет

Дети шестого года жизни уже могут распределять роли до начала игры и строить своё поведение, придерживаясь роли. Игровое взаимодействие сопровождается речью, соответствующей и по содержанию, и интонационно взятой роли. Речь, сопровождающая реальные отношения детей, отличается от ролевой речи. Дети начинают осваивать социальные отношения и понимать подчинённость позиций в различных видах деятельности взрослых, одни роли становятся для них более привлекательными, чем другие. При распределении ролей могут возникать конфликты, связанные с субординацией ролевого поведения. Наблюдается организация игрового пространства, в котором выделяются смысловой «центр» и «периферия». Действия детей в играх становятся разнообразными.

В старшем дошкольном возрасте продолжает развиваться образное мышление. Дети способны не только решить задачу в наглядном плане, но и совершить преобразования объекта, указать, в какой последовательности объекты вступят во взаимодействие, и т.д. Однако подобные решения окажутся правильными только в том случае, если дети будут применять адекватные мыслительные средства. Среди них можно выделить схематизированные представления, которые возникают в процессе наглядного моделирования; комплексные представления, отражающие представления детей о системе признаков, которыми могут обладать объекты, а также представления, отражающие стадии преобразования различных объектов и явлений (представления о цикличности изменений): представления о смене времён года, дня и ночи, об увеличении и уменьшении объектов в результате различных воздействий, представления о развитии и т.д.

Продолжают развиваться устойчивость, распределение, переключаемость внимания. Наблюдается переход от непроизвольного к произвольному вниманию. Характеристики особенностей физического развития детей дошкольного возраста от 6 до 8 лет. Продолжает развиваться внимание дошкольников, оно становится произвольным. В некоторых видах деятельности время произвольного сосредоточения достигает 30 минут.

В подготовительной к школе группе завершается дошкольный возраст. Его основные достижения связаны с освоением мира вещей как предметов человеческой культуры; освоением форм позитивного общения с людьми; развитием половой идентификации, формированием позиции школьника.

К концу дошкольного возраста ребёнок обладает высоким уровнем познавательного и личностного развития, что позволяет ему в дальнейшем успешно учиться в школе.

Паспорт здоровья детей

№ группы	Количество детей	Группа здоровья		
		1	2	3-4
2	24	8	16	2
3	24	6	17	1
6	24	7	17	2
7	20	7	11	2
8	22	6	15	1
9	25	8	15	2
10	12	2	8	2
11	12	5	7	
12	23	7	14	2
13	20	6	14	
14	19	6	13	

1.2 Планируемые результаты освоения Программы

Вторая младшая группа

Развитие культуры движений и оздоровительная работа

Умеет:

- ходить прямо, сохраняя заданное воспитателем направление;
- бегать, сохраняя равновесие, изменяя направление.

Может:

- ползать на четвереньках;
- лазать по лесенке-стремянке, гимнастической стенке;
- катать мяч в заданном направлении с расстояния 1,5 м;
- бросать мяч двумя руками от груди, из-за головы;
- метать предметы правой и левой рукой на расстояние не менее 5 м.

Замечает непорядок в одежде, устраняет его при помощи взрослых.

Владеет простейшими навыками поведения во время еды, умывания.

Средняя группа

Развитие культуры движений и оздоровительная работа

Умеет:

- принимать правильное исходное положение при метании;
- строиться в колонну по одному, парами, в круг, шеренгу;
- отбивать мяч о пол не менее пяти раз;
- выполнять упражнения, демонстрируя выразительность, грациозность, пластичность движений.

Может:

- метать предметы разными способами обеими руками;
- ловить мяч кистями рук с расстояния до 1,5 м;
- скользить самостоятельно по ледяным дорожкам (длина 5 м);

– ходить на лыжах скользящим шагом на расстояние до 500 м, выполнять поворот переступанием, подниматься в горку;

– ориентироваться в пространстве, находить левую и правую стороны.

Соблюдает элементарные правила гигиены: моет руки с мылом, пользуется расчёской, носовым платком.

Соблюдает элементарные правила приёма пищи: моет руки перед едой, правильно пользуется столовыми приборами.

Обращается к взрослым при заболевании, травме.

Старшая группа

Развитие культуры движений и оздоровительная работа

Умеет:

– ходить и бегать легко, ритмично, сохраняя правильную осанку, направление и темп;

– лазать по гимнастической стенке (высота 2,5 м) с изменением темпа;

– 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;

– метать предметы обеими руками 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;

– перестраиваться в колонну по трое, четверо; равняться, размыкаться в колонне, шеренге; выполнять повороты направо, налево, кругом;

– кататься на самокате.

Может:

– выполнять упражнения на статическое и динамическое равновесие;

– придумывать, принимать и распознавать выразительные позы, в том числе в рамках игровых сюжетов;

– ходить на лыжах скользящим шагом на расстояние около 2 км; ухаживать за лыжами;

– самостоятельно (по замыслу) воспроизводить эмоциональные состояния, а также распознавать их.

Умеет быстро, аккуратно одеваться и раздеваться, соблюдать порядок в своём шкафу.

Имеет навыки опрятности.

Владеет элементарными навыками личной гигиены.

Владеет простейшими навыками поведения во время еды, пользуется вилкой, ножом.

Имеет начальные представления о здоровом образе жизни, о зависимости здоровья от правильного питания.

Подготовительная к школе группа

Развитие культуры движений и оздоровительная работа

Выполняет:

- все виды основных движений (ходьба, бег, прыжки, метание, лазанье);
- физические упражнения из разных исходных положений чётко и ритмично, в заданном темпе, под музыку, по словесной инструкции.

С группой детей перестраивается в три–четыре колонны, в два–три круга на ходу, в две шеренги после расчёта на первый–второй, соблюдая интервалы во время передвижения.

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;

- 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 в движущуюся цель.

Умеет:

- умываться, насухо вытираться;
- чистить зубы, полоскать рот после еды;
- следить за своим внешним видом;
- пользоваться носовым платком и расчёской;
- быстро одеваться и раздеваться;
- вешать одежду в определённом порядке;
- следить за чистотой одежды и обуви.

Имеет сформированные представления о здоровом образе жизни (об особенностях строения и функциях организма человека, о важности соблюдения режима дня, о правильном питании, о значении двигательной активности в жизни человека, о зависимости здоровья от правильного питания).

Оценочные материалы (см. Педагогическая диагностика результатов освоения детьми Программы)

II. Содержательный раздел

2.1. Содержание образовательной деятельности по освоению детьми 5-7 лет образовательной области «Физическое развитие»

Вторая младшая группа (2-3 года)

Задача формирования творческого воображения детей решается прежде всего путём проблемного введения эталонов основных движений в вариативных условиях их построения и выполнения. Особое внимание при этом уделяется, в частности, развитию способности к двигательной инверсии — построению и выполнению «движений-перевёртышей», «движений наоборот» как одной из форм двигательного экспериментирования, поддержка которого в целом является стержневой линией образовательной работы в группе.

При этом детям первоначально раскрывается коммуникативный смысл (коммуникативные функции) движения, которое перестаёт быть для них сугубо

исполнительным актом, а становится способом обращения к другому человеку (педагогу, сверстнику), «инструментом» сотрудничества, общения, диалога, взаимопонимания.

Основные виды движений. Развивать двигательное экспериментирование, интерес к движениям, особенностям их построения и выполнения.

Упражнения и задания на принятие и сохранение позы. Формировать произвольность средствами развития двигательного воображения.

Упражнения и задания на развитие мелких мышц руки. Формировать выразительные движения как условие развития осмысленной моторики.

Упражнения на развитие мелких мышц лица и мимики. Развивать умение «экспериментировать» с выражением лица.

Упражнения для разных групп мышц. Укреплять мышечный аппарат. Совершенствовать физические качества как эффект развития двигательного воображения.

Спортивные упражнения и игры (катание на санках, скольжение, ходьба на лыжах, катание на велосипеде). Развивать двигательную самостоятельность.

Музыкально-ритмические упражнения. Развивать умение выделять общий эмоциональный тон музыки и передавать его в движении.

Подвижные игры. Формировать предпосылки умений выделять и реализовывать коммуникативные функции движений. Формировать двигательную самостоятельность и находчивость, координацию движений, умение ориентироваться в пространстве.

Игры-аттракционы для праздников. Формировать предпосылки ценностного отношения к движению.

Средняя группа (4-5 лет)

Ключевым приоритетом работы продолжает оставаться проблемное введение эталонов основных движений и создание условий для их творческого освоения детьми в различных ситуациях, что одновременно обеспечивает совершенствование физических качеств (скоростных, силовых, выносливости, координации и др.), двигательной умелости. Этому, в частности, способствует гибкое сочетание на занятиях упражнений (обучающих и игровых) с подвижными играми.

Развитие в этом процессе двигательного воображения (в том числе умения «входить в образ») становится основой для «одушевления» и осмысления движений; тем самым закладывается существенная предпосылка

формирования произвольной моторики. Другой предпосылкой этого служит воспитание способности эмоционально переживать движение в качестве особого, неординарного «события» и наоборот, выражать в движении строй своих переживаний и чувств (формирование экспрессии движений). Развивается двигательная самостоятельность — не только как способность выполнять то или иное движение без помощи взрослого, но и как умение фиксировать и осмысливать без этой помощи собственное затруднение при выполнении движения.

Основные виды движений. Формировать выразительность движений, способность вариативно осуществлять их в игровой ситуации. Формирование двигательной находчивости, умение планировать собственные двигательные действия и координировать их с действиями педагога и других детей.

Упражнения и задания на принятие и сохранение позы. Развивать умение воспроизводить выразительные позы, закреплять представление о связи позы и движения.

Упражнения и задания на развитие мелких мышц руки. Формировать изобразительные движения как условие развития осмысленной моторики.

Упражнения на развитие мелких мышц лица и мимики. Развивать умение выражать с помощью мимики эмоциональные состояния, воссоздавать мимику сказочных персонажей и реальных людей в различных ситуациях.

Упражнения для разных групп мышц. Укреплять мышечный аппарат. Совершенствовать физические качества как эффект развития двигательного воображения.

Спортивные упражнения и игры (катание на санках, скольжение, ходьба на лыжах, катание на велосипеде). Формировать умение использовать вариативные способы построения и выполнения движений в различных условиях.

Музыкально-ритмические упражнения. Закреплять представление о связи экспрессивных характеристик движения и музыки, ориентировки на музыкальный ритм. Развивать умения самостоятельно находить образы, соответствующие заданному ритму, и выражать их через движения.

Подвижные игры. Развивать способность ориентироваться на других при построении индивидуального действия, перевоплощаться. Формировать двигательную находчивость, оперативность мышления, изобразительность и произвольность движений, умений использовать слово в качестве опоры при решении двигательных задач, осмысленно выделять правила игры,

ориентироваться в пространстве. Формировать навык использования языка движений.

Игры-аттракционы для праздников. Развивать отношение к движению как к событию.

Старшая группа (5-6 лет)

Продолжается работа, направленная на создание условий для творческого освоения детьми основных моторных умений. Она проводится в контексте более сложных форм двигательной активности, которые предполагают более высокий уровень произвольности движений по сравнению с предшествующей возрастной группой. Решение соответствующих моторных задач также требует от ребёнка самостоятельности, находчивости и импровизации. Особым приоритетом работы становится организация совместной деятельности детей по решению различных двигательных проблем.

Вместе с тем с опорой на накопленный ребёнком опыт игровой деятельности специальное внимание уделяется дальнейшему развитию выразительности детских движений, в том числе их символической функции. Развитие игры и художественного творчества создаёт почву для формирования у воспитанников старшей группы способности к конструированию и передаче через движения относительно сложных эстетических образов.

Всё это способствует возникновению у детей отчётливо выраженного интереса к собственным двигательным возможностям и стремления к их дальнейшему освоению.

Основные виды движений. Формировать самостоятельность при индивидуальном и групповом построении и выполнении движений, способность к двигательной импровизации; умений строить и выполнять движения с учётом их коммуникативных и эстетических характеристик.

Упражнения и задания на принятие и сохранение позы. Развивать умения придумывать, принимать и распознавать выразительные позы, в том числе в рамках игровых сюжетов.

Упражнения и задания на развитие мелких мышц руки. Формировать умение использовать экспрессию движений как средство общения.

Упражнения на развитие мелких мышц лица и мимики. Развивать умение самостоятельно (по замыслу) воспроизводить эмоциональные состояния, а также распознавать их.

Упражнения для разных групп мышц. Укреплять мышечный аппарат. Совершенствовать физические качества как эффект развития двигательного воображения. Формировать выразительность исполнительных движений.

Силовые упражнения, элементы спортивных игр для мальчиков (баскетбол, футбол, хоккей). Формирование силы и ловкости, первоначальное развитие коммуникативных умений в спортивных командных играх и ловкости.

Художественно-спортивные упражнения для девочек (художественная гимнастика, танцевальные и акробатические упражнения). Развитие элементов двигательной импровизации.

Спортивные упражнения и игры (катание на санках, скольжение, ходьба на лыжах, катание на велосипеде, бадминтон). Развитие двигательной активности, предполагающей «вхождение в образ», формирование умения проявлять самостоятельность в рамках её индивидуальных и групповых форм.

Музыкально-ритмические упражнения. Развивать умение ориентироваться на ритм, в частности. Формировать умение передавать в движении воображаемый ритм без музыкального сопровождения. Развивать умение ориентироваться на мелодию при построении и выполнении движений.

Подвижные игры. Развивать координацию индивидуальных и групповых движений (во взаимосвязи), способность к включению в двигательные игровые сюжеты, «театрализации» движений. Формировать двигательную находчивость, оперативность мышления, изобразительность и произвольность движений; умений осмысленно выделять правила игры, выявлять источники их происхождения и границы применимости, ориентироваться в пространстве.

Игры-аттракционы для праздников. Развивать отношение к движению как к событию, умение придумывать варианты игр-аттракционов.

Подготовительная к школе группа (6-7 лет)

Учитывая возросшие интеллектуально-творческие возможности детей и опираясь на достаточно высокий уровень развития произвольности движений дошкольников этого возраста, особым предметом работы становятся умения, обеспечивающие построение сложных структур двигательной деятельности, её когнитивные (познавательные) характеристики. На этой основе у детей воспитывается осмысленное ценностное отношение к движению. Особое внимание уделяется развитию способности к двигательной «режиссуре» — к самостоятельной разработке и воплощению проекта сложной композиции движений в тех или иных условиях. Формируются обобщённые представления о мире и начала двигательной рефлексии.

Основные виды движений. Развивать способность создавать и разыгрывать двигательные игровые сюжеты, элементарные формы двигательной рефлексии — исследовать основания, по которым строятся и выполняются

движения в различных условиях. Формировать познавательные функции движения.

Упражнения и задания на принятие и сохранение позы. Развивать способность к «театрализации» позы и умения использовать её в качестве инструмента общения.

Упражнения и задания на развитие мелких мышц руки. Формировать «сюжетную» моторику.

Упражнения на развитие мелких мышц лица и мимики. Формировать «сюжетную» моторику.

Упражнения для разных групп мышц. Укреплять мышечный аппарат. Совершенствовать физические качества как эффект развития двигательного воображения. Формировать выразительность исполнительных движений.

Силовые упражнения, элементы спортивных игр для мальчиков (баскетбол, футбол, хоккей). Формировать силу и ловкость, осмысленное отношение к правилам игры в условиях совместной деятельности, освоение позиции игрока (вратарь, защитник, нападающий).

Художественно-спортивные упражнения для девочек (художественная гимнастика, танцевальные и акробатические упражнения). Развивать способность к «театрализации» движений.

Спортивные упражнения и игры (катание на санках, скольжение, ходьба на лыжах, катание на велосипеде, бадминтон, настольный теннис, городки). Развивать умение соревноваться в группах и индивидуально.

Музыкально-ритмические упражнения. Развивать умение ориентироваться на мелодию при построении и выполнении движений.

Подвижные игры. Развивать организаторские и «режиссёрские» умения при построении игры. Формировать двигательную находчивость, оперативность мышления, изобразительность и произвольность движений.

Игры-аттракционы для праздников. Развивать проектную деятельность.

Оздоровительная работа строится на следующих принципах:

- развитие воображения, приводящего к достижению системных оздоровительных эффектов;
- приоритет игровых форм оздоровительной работы;
- формирование осмысленной моторики как условия возникновения у ребёнка способности к «диалогу» с собственным телом, его возможностями и состояниями, первоначального осознания ценности своего здоровья;
- создание и закрепление целостного позитивного психосоматического (психофизического) состояния при выполнении различных видов деятельности;

— формирование у детей способности к содействию и сопереживанию.

Закаливание. Формировать в игровых ситуациях навыки произвольной терморегуляции организма.

Дыхательные и звуковые упражнения. Развивать дыхание и речевой аппарат на основе формирования осмысленной моторики, эмоциональной регуляции.

Упражнения для формирования и коррекции осанки. Формировать произвольность в процессе смысловых ориентировок, определяющих постановку правильной осанки

Упражнения для профилактики плоскостопия. Развивать дифференцированную чувствительность стоп в игровых ситуациях.

Психогимнастика. Формировать умения фиксировать, первоначально анализировать, выражать в действии, образе и слове, корректировать своё психосоматическое состояние. Формировать простейшие навыки само- и взаимопомощи. Развивать эмоциональную регуляцию и выразительность, коммуникативные способности, интерес к своему телу и его возможностям.

Старшая группа

Используемые вариативные программы дошкольного образования и методические пособия

Основная образовательная программа дошкольного образования «Тропинки» / под ред. В.Т. Кудрявцева. – М.: Вентана-Граф, 2015.

Кудрявцев В.Т. Оздоровление и физическое развитие дошкольного возраста: методическое пособие.

Галанов А.С. Подвижные игры для детей старшего дошкольного возраста. Методическое пособие для воспитателя.

Наглядно-дидактические пособия.

Серия «Мир в картинках»: «Спортивный инвентарь». Серия «Рассказы по картинкам»: «Зимние виды спорта»; «Летние виды спорта»; «Распорядок дня». Серия «Расскажите детям о...»: «Расскажите детям о зимних видах спорта»; «Расскажите детям об олимпийских играх»; «Расскажите детям об олимпийских чемпионах».

Плакаты: «Зимние виды спорта»; «Летние виды спорта».

2.2. Годовое комплексно-тематическое планирование

<i>Временной период</i>	<i>Тема недели</i>
Сентябрь	
01.09.-04.09.	Азбука безопасности.
07.09.-11.09.	Дары осени (овощи, фрукты).
14.09.-18.09.	Труд людей осенью. Уборка хлеба.

21.09.-25.09.	<i>Краски осени (Этажи леса).</i>
28.09.-02.10.	<i>Семья. Семейные традиции.</i>
Октябрь	
05.10.-09.10.	<i>Уроки вежливости. Этикет.</i>
12.10.-16.10.	<i>Мой посёлок.</i>
19.10.-23.10.	<i>Моя Родина Россия.</i>
26.10.-30.10.	<i>Транспорт.</i>
Ноябрь	
02.11.-06.11.	<i>Домашние животные.</i>
09.11.-13.11.	<i>Дикие животные средней полосы. Поздняя осень (звери, птицы осенью).</i>
16.11.-20.11.	<i>Путешествие по странам и континентам.</i>
23.11.-27.11.	<i>Путешествие по странам и континентам.</i>
Декабрь	
30.11.-04.12.	<i>Встреча зимы.</i>
07.12.-11.12.	<i>Неделя добрых дел.</i>
14.12.-18.12.	<i>Права ребёнка.</i>
21.12.-31.12.	<i>Новый год спешит к нам в гости (каникулы).</i>
Январь	
11.01.-15.01.	<i>Страна Мультипликация</i>
18.01.-22.01.	<i>Народные праздники на Руси.</i>
25.01.-29.01.	<i>Народные промыслы. Посуда.</i>
Февраль	
01.02.-05.02.	<i>Одежда.</i>
08.02.-12.02.	<i>Выдумщики и изобретатели</i>
15.02.-20.02.	<i>День защитника Отечества.</i>
24.02.-26.02.	<i>Мебель.</i>
Март	
01.03.-05.03.	<i>Встреча весны.</i>
09.03.-12.03.	<i>Международный женский день.</i>
15.03.-19.03.	<i>Водный мир.</i>
22.03.-26.03.	<i>День земли (экология).</i>
29.03.-02.04.	<i>Наши пернатые друзья.</i>
Апрель	
05.04.-09.04.	<i>Книжкина неделя. Детские писатели.</i>
12.04.-16.04.	<i>Космические просторы.</i>
19.04.-23.04.	<i>Весенняя неделя добра</i>
26.04.-30.04.	<i>Профессии. Уроки ОБЖ</i>
Май	
04.05.-07.05.	<i>День Победы.</i>
11.05.-14.05.	<i>Цветущая весна. Насекомые.</i>
17.05.-21.05.	<i>Неделя культуры.</i>
24.05.-28.05.	<i>Я расту здоровым!</i>

2.3. Описание вариативных форм, способов, методов и средств реализации Программы с учётом возрастных и индивидуальных особенностей воспитанников, специфики их образовательных потребностей и интересов.

Особенности общей организации образовательного пространства

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

Важнейшие образовательные ориентиры:

- обеспечение эмоционального благополучия детей;
- создание условий для формирования доброжелательного и внимательного отношения детей к другим людям;
- развитие детской самостоятельности (инициативности, автономии и ответственности);
- развитие детских способностей, формирующихся в разных видах деятельности.

Для реализации этих целей педагогам рекомендуется:

- проявлять уважение к личности ребенка и развивать демократический стиль взаимодействия с ним и с другими педагогами;
- создавать условия для принятия ребенком ответственности и проявления эмпатии к другим людям;
- обсуждать совместно с детьми возникающие конфликты, помогать решать их, вырабатывать общие правила, учить проявлять уважение друг к другу;
- обсуждать с детьми важные жизненные вопросы, стимулировать проявление позиции ребенка;
- обращать внимание детей на тот факт, что люди различаются по своим убеждениям и ценностям, обсуждать, как это влияет на их поведение;
- обсуждать с родителями (законными представителями) целевые ориентиры, на достижение которых направлена деятельность педагогов Организации, и включать членов семьи в совместное взаимодействие по достижению этих целей.

Система дошкольного образования в образовательной организации нацелена на то, чтобы у ребенка развивались игра и познавательная активность. В Организации созданы условия для проявления таких качеств, как: инициативность, жизнерадостность, любопытство и стремление узнавать новое. Адекватная организация образовательной среды стимулирует развитие уверенности в себе, оптимистического отношения к жизни, дает право на ошибку, формирует познавательные интересы, поощряет готовность к сотрудничеству и поддержку другого в трудной ситуации, то есть обеспечивает успешную социализацию ребенка и становление его личности. Изучаемые детьми темы выступают как материал для достижения целей образовательной работы — развития способностей и инициативы ребенка, овладения доступными для дошкольного возраста культурными средствами (наглядными моделями и символами). Благодаря этому образовательная программа становится залогом подготовки детей к жизни в современном обществе,

требующем умения учиться всю жизнь и при этом разумно и творчески относиться к действительности. Все ситуации повседневной жизни, в которых оказывается ребенок в детском саду, имеют образовательное значение: на прогулке и во время режимных моментов ребенок выстраивает отношение к себе и другим, учится быть инициативным и принимать решения, использовать свое мышление и воображение.

Роль педагога в организации психолого-педагогических условий.

Обеспечение эмоционального благополучия ребенка Обеспечение эмоционального благополучия ребенка достигается за счет уважения к его индивидуальности, чуткости к его эмоциональному состоянию, поддержки его чувства собственного достоинства. В дошкольном учреждении педагоги должны создать атмосферу принятия, в которой каждый ребенок чувствует, что его ценят и принимают таким, какой он есть; могут выслушать его и понять. Для обеспечения в группе эмоционального благополучия педагог должен:

- общаться с детьми доброжелательно, без обвинений и угроз;
- внимательно выслушивать детей, показывать, что понимает их чувства, помогать делиться своими переживаниями и мыслями;
- помогать детям обнаружить конструктивные варианты поведения;
- создавать ситуации, в которых дети при помощи разных культурных средств (игра, рисунок, движение и т. д.) могут выразить свое отношение к личностно-значимым для них событиям и явлениям, в том числе происходящим в детском саду;
- обеспечивать в течение дня чередование ситуаций, в которых дети играют вместе и могут при желании побыть в одиночестве или в небольшой группе детей.

Особенности организации предметно-пространственной среды для физического развития. Среда должна стимулировать физическую активность детей, присущее им желание двигаться, познавать, побуждать к подвижным играм. В ходе подвижных игр, в том числе спонтанных, дети должны иметь возможность использовать игровое и спортивное оборудование. Игровая площадка должна предоставлять условия для развития крупной моторики. Игровое пространство (как на площадке, так и в помещениях) должно быть трансформируемым (меняться в зависимости от игры и предоставлять достаточно места для двигательной активности).

2.4. Способы поддержки детской инициативы

- Создание РППС, стимулирующей двигательную активность детей;
- Создание оптимального двигательного режима в детском саду;
- Оформление тематических стендов, газет, альбомов о видах спорта, спортсменах, ЗОЖ;
- Изготовление нетрадиционного спортивного оборудования;
- Проведение подвижных игр, игр-эстафет, игр с элементами спорта;

- Участие воспитанников в соревнованиях, спортивных праздниках и развлечениях;
- Организация целевых экскурсий и прогулок;
- Использование тренажеров, спортивных пособий;
- Проведение традиционных спортивных мероприятий «Лыжня», «Кросс нации», «Зимние забавы» и др.;
- Оформление фотовыставок.

2.4. Взаимодействие с семьями воспитанников

	Младшие	средние	старшие	подготовит
Сентябрь октябрь	<p>Анкетирование родителей. Давайте познакомимся.</p> <p>Консультация для родителей «Организация физической активности ребёнка младшего возраста.</p> <p>Развлечение «Давайте вместе поиграем!»</p>	<p>1. Групповые родительские собрания: «Задачи обучения, воспитания и оздоровления детей в детском саду и семье».</p> <p>2. круглый стол Практические советы на доброе здоровье</p>	<p>1. Групповые родительские собрания: «Задачи обучения, воспитания и оздоровления детей в детском саду и семье».</p> <p>2. Тренинг «Навыки здоровья».</p> <p>3. Практикум для родителей и педагогов «Школа мяча»</p>	<p>Консультация для родителей «В школу со значком ГТО».</p> <p>2. Практические советы по подготовке к сдаче тестов норм ГТО</p>
Ноябрь декабрь	<p>Семинар-практикум для родителей и педагогов: «Метание – основной вид движения человека»</p>	<p>1. Семинар «Домашний стадион»</p> <p>2. Узнавай-ка» обмен опытом об использовании спортивного инвентаря. Игры совместно с</p>	<p>1. Сообщение для родителей и педагогов «Детские спортивные игры, методика их проведения»</p>	<p>1. Практикум для родителей и педагогов «Школа скакалки» учимся, играя прыгать через скакалку</p>

		детьми с мячами, обручами, скакалками		
Январь февраль	Устный журнал для родителей: «Организация игротеки для детей и взрослых.	1. Практикум «Веселая физкультура в квартире»	1. Семинар-практикум «Школа скакалки» учимся играя прыгать через скакалку	1. Круглый стол «Семейный кодекс здоровья»
Март-апрель	1. Памятка «Советы любящему папе» Консультация для родителей: «Не мешайте детям лазать и ползать»	1. Устный журнал «Сто вопросов о физкультуре. Консультация для родителей. «Не мешайте детям лазать и ползать»	1. Устный журнал «Сто вопросов о физкультуре. 2. Мастер-класс «Городки в детском саду»	1. Семинар-практикум «Учимся играть в футбол»
Май	1. Беседа Лето красное – для здоровья время прекрасное 2. Итоги диагностики	1. Беседа Лето красное – для здоровья время прекрасное 2. Познакомить родителей с итогами диагностики	Познакомить родителей с итогами диагностики, наметить работу по физическому развитию и оздоровлению на лето	1. «С малых лет к значку ГТО!» Цели: - Воспитание патриотических чувств; - формирование интереса к выполнению норм ГТО в детском саду. 2. Познакомить родителей с итогами диаг.

Перспективный план физкультурно-оздоровительных мероприятий 2020-2021 учебный год

месяц	наименование	мероприятие	группы	ответственные	Дата проведения
сентябрь	«День знаний!»	Музыкально-физкультурный праздник.	участвуют все группы	Муз.рук. Инст/ по физ. культуре, воспит Инст/ по физ.	01.09.2020 г

	«День прыгуна»	Развлечение	старшие, подгот.	культуре, воспит.	10.09.2020
октябрь	«Здравствуй осень золотая!»	Спортивный досуг	мл. и ср. группа	инструктор по физ. культуре, воспитатели	014.10.2020
	Веселые старты	Спортивное развлечение	подг. группа	инструктор по физ. культуре, воспитатели	15.10.2020 г
	Кросс Нации	Акция	старшие	инструктор по физ. культуре, воспитатели	21.10.2020
ноябрь		Физкультурный досуг	мл. и ср. группа	инструктор по физ. культуре, воспитатели муз.рук.	12.11.2020г
	Мы друзья природы	Музыкально-физкультурное развлечение по экологии	старшие гр	инструктор по физ. культуре, воспитатели муз.рук	18.11.20
декабрь	«Здравствуй зимушка-зима!»	Спортивный досуг	мл. и ср. группа	инструктор по физ. культуре, воспитатели, муз. руководитель	4.12.2020 г.
	день футбола	Спортивный досуг	ст. и подг. группа	инструктор по физ. культуре, воспитатели, музрук	10.12.2020г

январь	«К Снегурочке в гости!»	Спортивный досуг	мл. и ср. гр.	инструктор по физ. культуре, воспитатели, муз.рук	14.01.2021
	«Что нам нравится зимой!»	Спортивное развлечение	ст. и подг. гр.	инструктор по физ. культуре, муз. рук, воспитатели	21.01.2021
февраль	«К кошке в гости!»	Муз. физкультурный досуг	мл.и ср. гр	инструктор по физ. культуре, муз.рук, воспитатели	10.02.2021

	«Зарница!»	Спортивное развлечение	ст. и подг. гр	инструктор по физ. культуре, воспитатели муз. руководитель	18-19.02.2021
март	Игры-затей!» День здоровья	Физкультурный досуг	мл. и ср. гр	инструктор по физ. культуре, воспитатели	23.03.2021
	«Мой весёлый звонкий мяч!»	Спортивный – муз. досуг	ст. и подг.гр	инструктор по физ. культуре, муз.рук. воспитатели	24.03.2021
апрель	«Здравствуй солнышко!»	Спортивное развлечение	мл. и ср. гр	инструктор по физ. культуре, воспитатели, муз. руководитель	14.04.2021
	«Малые олимпийские игры!» Спорт – ты мир.	Физкультурное развлечение	ст. и подг.гр	Инст. по физ. культуре, муз. рук. воспитатели	27.04.2021
май	день велоспорта	Физкультурный досуг	мл. и ср. гр	инструктор по физ. культуре, воспитатели муз. руководитель	06.05.2021
	дворовые игры	Спортивное развлечение	ст. и подг.гр	инструктор по физ. культуре, воспит., муз. руководитель	20.05.2021

Формы и методы оздоровления детей в д/с № «Сказка»

	Обеспечение здорового ритма жизни	<ul style="list-style-type: none"> • щадящий режим в адаптационный период; • гибкий режим; • организация микроклимата; • определение оптимальной нагрузки
2 2 .	Организация двигательного движения	<ul style="list-style-type: none"> • утренняя гимнастика; • физкультурные занятия; • подвижные игры; • профилактическая гимнастика; • спортивные игры; • занятия в спортивных кружках; • прогулки; • гимнастика после дневного сна; • корригирующая гимнастика

3	Гигиенические и водные процедуры	<ul style="list-style-type: none"> • умывание; • мытье рук; • игры с водой; • контрастное обливание ног
4	Свето-воздушные ванны	<ul style="list-style-type: none"> • проветривание помещений; • сон при открытых фрамугах; • воздушные ванны; • обеспечение светового режима
5	Активный отдых	<ul style="list-style-type: none"> • развлечения; • праздники; • дни здоровья; • физкультурные досуги
6	Психогимнастика	<ul style="list-style-type: none"> • игры и упражнения на развитие эмоциональной сферы
7	Закаливание	<ul style="list-style-type: none"> • ходьба босиком; • массаж; • дыхательная гимнастика; • обширное умывание; • полоскание зева
8	Пропаганда ЗОЖ	<ul style="list-style-type: none"> • курс лекций и бесед • акции

Физкультурно-оздоровительный режим в д/с «Сказка»

Содержание работы	Время проведения	Исполнитель
Прием детей	ежедневно с 7.00- 8.00	воспитатели
Утренняя гимнастика	ежедневно по режиму	Воспитатели, инструктор по физ. культуре,
Завтрак, обед, полдник, ужин	по режиму дня	повар, воспитатели, помощник воспитателя
Физкультурные занятия	по расписанию	инструктор по физ. культуре, воспитатели
Музыкальные занятия	по расписанию	музыкальный руководитель, воспитатели

Физкультминутки	в середине статических занятий	воспитатели
Игры между занятиями	ежедневно	воспитатели
Прогулка	по режиму	воспитатели
Подвижные игры	по плану	воспитатели
Спортивные игры	по плану	инструктор по физ. культуре, воспитатели
Спортивные упражнения на прогулке	по плану педагога	воспитатели
физкультурный досуг	1 раз в квартал	инструктор по физ. культуре, воспитатели, музыкальный руководитель
Физкультурный праздник	4 раза в год	инструктор по физ. культуре; воспитатели, музыкальный руководитель
Корригирующая гимнастика (для глаз, дыхательная, пальчиковая)	ежедневно	Воспитатели, инструктор по физ. культуре,
Индивидуальная работа по развитию движений	ежедневно	воспитатели, инструктор по физ. культуре
Дневной сон	по режиму	воспитатели
Гимнастика после сна	ежедневно	воспитатели
Закаливающие мероприятия (облегченная одежда, мытье рук до локтя, умывание прохладной водой, питьевой режим, солнечные ванны, полоскание рта холодной водой, ходьба по массажным дорожкам и т.д.)	в течение дня ежедневно	воспитатели, инструктор по физ. культуре
Обследование физического развития детей	2 раза в год	инструктор по по физ. культуре
Медико-педагогический контроль за проведением физкультурных занятий	1 раз в месяц в каждой группе	заведующий, инструктор по физ. культуре

Медико-педагогический контроль за проведением физкультурно-оздоровительных мероприятий	1 раз в месяц в каждой группе	заведующий, заместитель заведующего
Тепловой и воздушный режим	по нормативам	воспитатели, завхоз
Кварцевание групп	по графику	воспитатели
Санитарно- гигиенический режим	постоянно	воспитатели, помощники воспитателей
Консультативная просветительская работа среди педагогов по вопросам физического развития и оздоровления	по годовому плану	заведующий, инструктор по физ. культуре, воспитатели, педагог-психолог
Консультативная просветительская работа среди родителей по вопросам физического развития и оздоровления	по годовому плану	заведующий, заместитель заведующего, инструктор по физ. культуре, педагог-психолог

**Годовой план на 2020-2021 год по группам
Младшая групп**

СЕНТЯБРЬ

Содержание организованной образовательной деятельности				
Темы	01-04.09 Азбука безопасности	07.09-11.09 Осень. дары осени	14-18.09 Труд людей осенью. Уборка хлеба	21-25.09 Краски осени (этажи леса)
Планируемые результаты развития интегративных качеств: умеет ходить прямо, не шаркая ногами, сохраняя заданное направление, может ползать на четвереньках, энергично отталкивается в прыжках на двух ногах, может бросать мяч от груди; проявляет интерес к участию в совместных играх и физических упражнениях,				
Вводная часть	Развивать ориентировку в пространстве, при ходьбе в разных направлениях; учить ходить по уменьшенной площади опоры, сохраняя равновесие; прыжки на двух ногах на месте; умение действовать по сигналу воспитателя.			
ОРУ	Без предметов №1 стр 14 Бег 10 м	С листьями №2 стр, 18	С кубиками №3 стр 21	Без предметов №4 стр 25
Основные виды движений	Метание мешочка Прыжки с места	Бег 20м. Подбрасывание мяча Подбрасывание и ловля мяча Метание набивного мешочка	Ходьба и бег между двумя параллельными линиями (ширина – 25см).	Прыжки на двух ногах на месте (2-3 раза).
Подвижные игры	Ловкий шофер»	2 Огуречик, огуречик» «	«Мыши в кладовой»	«Быстро в домик»
Малоподвижные игры	«Машины поехали в гараж»	«Бегите ко мне», «Пойдём в гости»	Найди и промолчи	«Найдем жучка»

Календарное планирование на ОКТЯБРЬ во 2 МЛАДШЕЙ ГРУППЕ

неделя дата	1-я неделя	2-я неделя	3-я неделя	4-я неделя
тема	Семья. Семейные традиции	Уроки вежливости. Этикет	Мой поселок	Моя Родина Россия
задачи	Закреплять умение ходить и бегать по кругу вокруг кубиков с остановкой по сигналу; повторить упражнения в ходьбе и беге между двумя линиями; упражнять в прыжках на двух ногах вокруг предметов, в подлезании под дугу; учить перепрыгивать через шнур, расположенный на полу. Упражнять в ходьбе и беге между двумя линиями, в прыжках на двух ногах с продвижением вперед,			
Вводная часть	Ходьба и бег по кругу друг за другом; ходьба на внешней стороне стопы «Медведи», на высоких четвереньках «Обезьяны»; Ходьба и бег вокруг предметов; с остановкой по сигналу. Ходьба приставным шагом вперед. Бег врассыпную;			
ОРУ	С осенними листьями №5, стр.34	С осенними листьями №6, стр 38	Без предметов №7, стр 44	Без предметов №8, стр48
ОВД	Равновесие Ходьба и бег между двумя линиями (20 см) Перепрыгивание через шнур, положенный на пол. Метание Перекатывание мяча друг другу в парах в положении сидя, ноги врозь (расстояние 1-1,5 м); Ползание на четвереньках по прямой (расстояние 5 м)	Метание прокатывание в парах мяча в ворота (ноги детей врозь) из положения стоя. Лазание Подлезание под дугу (высота дуги 40-50 см). Равновесие Ходьба с перешагиванием через предметы Прыжки в обруч и из обруча (лежащий на полу)	Бег по мату. Перепрыгивание через шнур, положенный на пол. Катание мяча от себя друг другу, стоя на коленях Подлезание под шнур на четвереньках с опорой на ладони и колени (высота от пола 40-50 см)	Ловля мяча от инструктора (расстояние 70-100 см) Ходьба с перешагиванием через предметы «Ёжики» переменным способом в быстром темпе. Лазание Ползание за катящим мячом с ускорением;
Подвижные игры	п/и «Ловишка»	«Принеси погремушку»стр.20	«Мой весёлый звонкий мяч»	«Самолёты»
Малоподвижные	Пальчиковая гимнастика «Семья»	Кто у нас хороший	«домик » пальч.гим. стр152 Желобкович Е.Ф.	«Мы считаем» дых.гим. стр156

--	--	--	--	--

Календарное планирование на НОЯБРЬ во 2 МЛАДШЕЙ ГРУППЕ

неделя дата	1 неделя	2 неделя	3 неделя	4 неделя
тема	Транспорт	Домашние животные.	Дикие животные. Поздняя осень (звери, птицы осенью)	Путешествие по странам и континентам
задачи	Учить переходить с ходьбы на бег и обратно по сигналу; упражнять в ходьбе в колонне по одному, по кругу, в сохранении устойчивого равновесия, в ходьбе и беге по уменьшенной площади, в мягком приземлении при прыжках, в подлезании под верёвку, дугу, в прокатывании мяча друг другу; развивать силу и глазомер; закреплять умение ловить и бросать мяч; учить подбрасывать мяч невысоко вверх и ловить его.			
Вводная часть	Ходьба и бег по кругу друг за другом, враспынную; ходьба на носках, на пятках, с высоким подниманием колен, змейкой. Ходьба с переходом на бег и наоборот, Ходьба в полу приседе, приставным шагом боком, с заданием (остановиться; подняться на носки и стоять). Бег по мату. Бег по диагонали.			
ОРУ	Без предметов ,№9, 43	Без предметов №10, стр стр №11, стр 47	С погремушками №11 стр50	С погремушками №12 стр 53
ОВД	Равновесие. Бег через вертикальные обручи. Прыжки на двух ногах с продвижением вперёд (на расстояние 1,5 – 2 м). Метание Прокатывание мяча между предметами; Лазание Подлезание под верёвку на четвереньках (высота верёвки от пола 40-50 см).	Метание Бросание и ловля мяча от инструктора (расстояние от инструктора до ребёнка 70-100 см); подбрасывание мяча невысоко вверх и ловля его. Равновесие Ходьба по скамейке Прыжки из обруча в обруч (диаметр обруча 30 см).	Равновесие. Бег с переступанием шнуров. Метание Ловля мяча от инструктора и бросание его обратно инструктору (расстояние от ребёнка до инструктора 70-100 см); Лазание Подлезание под дугу на четвереньках (высота дуги 40-50 см). Прыжки вверх на месте с целью достать предмет	Метание Бросание мяча двумя руками из-за головы вдаль; отбивание мяча о пол. Лазание по скамейке на четвереньках Прыжки на двух ногах на месте в паре, с продвижением вперёд
Подвижные игры	«Трамвай»	«Лохматый пёс» стр. 45	«Зайка беленький сидит»	Самолеты стр.64 Желобкович
Малоподвижные	Пароход плывет по речке пальч.гим. стр 154 Желобкович Е.Ф.	Лошадки пальч.гим.стр152	Зайчик дых.гим. стр 153 Желобкович Е.Ф.	Ровным кругом

Календарное планирование на ДЕКАБРЬ во 2 МЛАДШЕЙ ГРУППЕ

Неделя Дата	1-я неделя	2-я неделя	3-я неделя	4-я неделя
тема	Встреча Зимы	Неделя добрых дел	Права ребенка	К нам приходит Новый год!
задачи	Упражнять в ходьбе и беге врассыпную, используя всю площадь зала, с остановкой по сигналу, в прокатывании мяча; Учить построению парами и ходьбе в парах; закреплять умения ходить змейкой, прыгать с небольшой высоты; учить сохранять устойчивое равновесие при ходьбе по доске; развивать ловкость и глазомер. Учить пролезать в обруч на четвереньках; закреплять умение правильно координировать движения рук и ног, метать; упражнять в сохранении равновесия при ходьбе по доске, в прыжках на двух ногах с продвижением вперёд.			
Вводная часть	Ходьба и бег в колонне по одному с остановкой по сигналу, врассыпную; ходьба на носках, на пятках, на внешней стороне стопы, змейкой. Построение и ходьба парами по кругу, не держась за руки; бег врассыпную; с высоким подниманием колен, приставным шагом с продвижением в сторону. Построение в колонну, круг, врассыпную.			
ОРУ	Со снежинками	Со снежинками	На ковриках	На ковриках
ОВД	Равновесие Ходьба по доске шириной 20 см. Прыжки Мягкое спрыгивание на полусогнутые ноги со скамейки (высота скамейки 20 см). Метание Катание мяча друг другу в приседе на корточках (расстояние между детьми 1,5 м); отбивание мяча о пол. Лазание Подлезание под дугу, тоннель на четвереньках.	Равновесие Ходьба по гимнастической скамейке руки на пояс Прыжки вверх с места с целью достать предмет; Метание Прокатывание мяча с целью сбить кеглю («Кто больше») Лазание Подлезание под дугу, тоннель на четвереньках.	Равновесие Ходьба по доске, руки на поясе (ширина доски 20 см) с перешагиванием кирпичика. Прыжки Спрыгивание с высоты 20 см; прыжки на двух ногах с продвижением вперёд. Метание Скатывание мяча по наклонной доске; подбрасывание мяча невысоко вверх и ловля его.	Равновесие бег через 2 вертикальных обруча Прыжки вверх с места с целью достать предмет; Лазание подлезание под несколько дуг, не касаясь руками Метание Бросание мяча двумя руками об пол и ловля его, стоя на месте.
Подвижные игры	«Поймай снежок» стр 72 Желобкович	«Подарки»	«Пузырь»	Быстро возьми
Малоподвижные	Шли, шли и нашли Релаксация «Снежинки» стр. 61 Желобкович	Пузырь	Шляпы (с колечками)	Найди снегурочку Дых.упр «хлопушка»

Календарное планирование на ЯНВАРЬ во 2 МЛАДШЕЙ ГРУППЕ

неделя дата	1-я неделя	2-я неделя	3-я неделя	4-я неделя
тема	Страна Мультипликация	Народные праздники на Руси	Народные промыслы. Посуда	Профессии
задачи	Упражнять в ходьбе и беге врассыпную, в ходьбе парами, с высоким подниманием бедра, в метании, лазании; закреплять умение детей прыгать в глубину; учить правильно приземляться (на обе ноги сразу, сгибая ноги в коленях, смотреть вперёд при приземлении), перебрасывать мяч друг другу в парах. Учить ходьбе переменным шагом через шнуры; упражнять в прыжках из обруча в обруч, в прокатывании мяча между предметами, в подлезании под дугу; развивать глазомер и ловкость.			
Вводная часть	Ходьба на носках, на пятках, с высоким подниманием колен, парами, с выполнением заданий для рук (руки вперёд, в стороны, к плечам, вверх); бег врассыпную. Ходьба в колонне по одному с выполнением заданий инструктора по его сигналу (на носках, на месте с высоким подниманием бедра, ходьба парами, с приседанием); Бег по мату. Построение в колонну, шеренгу, перестроение в круг, шеренгу.			
ОРУ	С рукавицами №17 стр 73	С мячами №18 стр 77	С мячами №19 стр 81	С кольцом стр.89 Желобкович.
ОВД	Равновесие Ходьба с перешагиванием через набивные мячи, руки в стороны (расстояние между мячами 10-15) Прыжки Спрыгивание с высоты Метание Бросание мяча двумя руками о пол и ловля его; перебрасывание мяча друг другу в парах (расстояние между детьми 1,5 м).	Равновесие Ходьба с перешагиванием через шнуры, лежащих на полу. Прыжки из обруча в обруч. Метание Игра «Попади в воротца». Лазание Подлезание под дугу (высота дуги 40 см). Ползание на высоких четвереньках из обруча в обруч	Равновесие Ходьба по гимнастическим скамейкам разной высоты Прыжки в длину с места (40 см) Метание Бросание мяча друг другу и ловля его; Подлезание под скамейкой произвольным способом. .	Подлезание под шнур на четвереньках Метание Бросание мяча друг другу Прыжки Спрыгивание с высоты 25 см.
Подвижные игры	«Поймай снежок»	«Снежинки »	Матрешки	«Трамвай»
Малоподвижные	«Ворона и собачка»	«дует ветер- ветерок» дых. упр	Пальч.гим. Колобок.	Пальч. гим. «Стираем платочки» стр 153

ФЕВРАЛЬ

Содержание организованной образовательной деятельности				
Темы Этапы занятия	1 -я неделя Одежда	2-я неделя Выдумщики и изобретатели	3 -я неделя День защитника Отечества	4-я неделя Мебель
<p>Планируемые результаты развития интегративных качеств: сохраняет равновесие при ходьбе по ограниченной плоскости, при перешагивании через предметы, может ползать на четвереньках, произвольным способом, энергично отталкиваться в прыжках на двух ногах, может катать мяч в заданном направлении; проявляет положительные эмоции при физической активности, готов соблюдать элементарные правила в совместных играх, понимает, что надо жить дружно, помогать друг другу.</p>				
Вводная часть	Ходьба в колонне по одному, с выполнением заданий, на носках, на пятках, по кругу, взявшись за руки. Ходьба и бег между мячами. Бег врассыпную с остановкой, перестроение в звенья			
ОРУ	Со шнурами №21 Стр 92	С малым обручем №22 стр 96	С мячом №23 стр 100	Без предметов №24 стр 104
Основные виды движений	1. упражнения в сохранении равновесия «Перешагни не - наступи» (перешагивание через шнуры, 30 см.); 2. прыжки из обруча в обруч без паузы (игровые упражнения «С пенька на пенек»).	1. прыжки на полусогнутых ногах «Веселые воробушки»; 2. прокатывание мяча между предметами, подталкивая его двумя руками «Ловко и быстро!»	1. бросание мяча через шнур двумя руками подлезание под шнур в группировке, не касаясь руками пола;	1. лазание под дугу в группировке «Под дугу»; 2. упражнение в сохранении равновесии (ходьба по доске).
Подвижные игры	Эстафетная игра «Собери набор»	«К куклам в гости»	«Самолеты»	«Будь внимательным»
Малоподвижные игры	«Пузыри в стакане»	«По тропинке в лес». Ходьба в колонне по одному	«Вертолет» дых. упр	«Много мебели в квартире» пальчиковая игра

Содержание организованной образовательной деятельности				
Темы Этапы занятия	1-я неделя Встреча весны	2-я неделя «Международный женский день»	3 - неделя Водный мир	4-я и 5 неделя День Земли (экология) «Наши пернатые друзья»
Задачи Учить бегать, сохраняя равновесие, изменяя направление, темп бега в соответствии с указаниями, ползать на четвереньках, лазать по лесенке-стремянке произвольным способом, энергично отталкиваться в прыжках на двух ногах, прыгать в длину, катать мяч, ударять мячом об пол и ловить; проявлять самостоятельность в двигательной деятельности,				
Вводная часть	Ходьба в колонне по одному; на носках, пятках, подскоком, врассыпную. Ходьба и бег парами «Лошадки» (по кругу); с выполнением заданий по сигналу; перестроение в колонну по три			
ОРУ	С ленточками №25 стр 108	Без предметов №26 стр. 112	С мячом №27 стр. 116	Без предметов №28 стр. 119
Основные виды движений	1. ходьба по доске боком приставным шагом (игровое упражнение «Ровным шагом»); 2. прыжки между предметами змейкой, продвигаясь вперед на двух ногах.	1. прыжки в длину с места (игровое упражнение «В канавку») 2. катание мячей друг другу «Точно в руки»	1. Бросание мяча о пол и ловля его двумя руками «Брось и поймай»; 2. ползание по скамейке «Муравьишки».	1. ползание на четвереньках в прямом направлении 2. ходьба по гимнастической скамейке (высота – 25 см.) в
Подвижные игры	Мы на луг ходили	«Подарки»	«Усатый сом»	«Солнечный зайчик»
Малоподвижные игры	Сосульки	«Эхо»	«Найди зайку»	«Воздушный шар»

Содержание организованной образовательной деятельности				
Темы	1 - неделя «Книжкина неделя»	- 2-я неделя Космические просторы	3-я неделя «Весенняя неделя добра»	4-я/5 -я неделя «Профессии» Уроки ОБЖ
Задачи: Учить ходить прямо, не шаркая ногами, сохраняя заданное направление, сохранять равновесие при ходьбе и беге по ограниченной плоскости, бросать мяч и ловить двумя руками,.				
Вводная часть	Ходьба и бег: по кругу, взявшись за руки; врассыпную, с изменением направления; с остановкой по сигналу с заданием; с перестроением в три звена, перестроением в пары; врассыпную между предметами, не задевая их			
ОРУ	На скамейке с кубиками №29 стр. 122	С мячом №30 стр. 126	Без предметов №31 стр. 130	С обручем №32стр.133
Основные виды движений	1.упражнения в сохранении равновесия (ходьба боком приставным шагом, по гимнастической скамейке (высота 25 см.)); 2. прыжки на двух ногах через шнуры «Через канавку».	1. прыжки из кружка в кружок с приземлением на полусогнутые ноги; 2. прокатывание мячей «Точный пас»	1. бросание мяча вверх и ловля его двумя руками; 2. ползание по гимнастической скамейке «Медвежата».	1. ползание на четвереньках между предметами (расстояние между ними 1 м.), не задевая их. 2. упражнение в сохранении равновесии «По мостику» (ходьба по гимнастической скамейке свободно балансируя руками.
Подвижные игры	«Тишина»	«Космонавты»	«Мы потопаем ногами»	«Пилоты»
Малоподвижные игры	Пальчиковая гимнастика «Семья»	Пальчиковая гимнастика «Поехали-поехали»	Ходьба в колонне по одному	«Поезд»

Средняя группа Сентябрь

дата неделя	1-я неделя	2-я неделя	3-я неделя	4-я неделя
тема	Азбука безопасности	Дары осени (овощи, фрукты)	Труд людей осенью. Уборка хлеба	Краски осени
задачи	Учить прокатывать мяч по прямой, ползать по скамейке на животе, подтягиваясь руками, прыгать вверх до предмета с разбега. Упражнять в равновесии при выполнении ходьбы по скамейке без предметов и с предметами. Закреплять умение подбрасывать мяч вверх и ловить двумя руками, бросать мяч о пол и ловить после отскока.			
Вводная часть	Ходьба в колонне по одному, высоко поднимая колени, с остановкой на сигнал «Стоп»; бег в колонне врассыпную, с высоким подниманием колен, перестроение в три звена			
ОРУ	Без предметов №1 стр 14 Желобкович Е.Ф.	С игрушкой №2 стр. 19 Желобкович Е.Ф.	С листочками №3 Стр.24 Желобкович Е.Ф.	С платочком №4 Стр.28 Желобкович Е.Ф.
Основные виды движений	Метание катание мяча по прямой (2-3 раза); Ползание на четвереньках по прямой (3-4 раза); Равновесие ходьба по скамейке без предметов, руки на поясе (3-4 раза) (10 м); бросание мяча о пол и ловля его двумя руками (10-12 раз).	Прыжки вверх до предмета (3-4 раза); Метание катание мяча между предметами змейкой (3-4 раза) Ползание на четвереньках по шнуру (3-4 раза); подбрасывание мяча вверх и ловля после отскока.	Равновесие ходьба по скамейке с мячом, мяч вперед, (3-4 раза); Прыжки вверх с разбега «Достань до предмета» (4-5 раз); Метание катание мяча по скамейке прямо (4-5 раз); Игровое упражнение «Догони мяч».	Лазание ползание по скамейке на животе, подтягиваясь руками (3-4 раза); Равновесие ходьба по скамейке с мячом, мяч вверх, (3-4 раза); Прыжки вверх с разбега «Достань до предмета»; «Подлезь под веревочку»
Подвижные игры	Цветные автомобили	Огуречик, огуречик	«Мы листочки»	«Мы листики осенние»
Малоподвижные игры	«Найди где спрятано» Дыхат. гим. «Регулировщик стр. 186 №1	«Вернись на своё место» Пальчик.гим «Осенние листья»стр.182 Желобкович	Хоровод «Урожайная»	«Скок-скок-скок»

ОКТАБРЬ

дата неделя	1-я неделя	2-я неделя	3-я неделя	4-я неделя
тема	Семья. Семейные традиции	Уроки вежливости. Этикет.	Мой поселок	Моя Родина Россия
задачи	Упражнять в равновесии, в прыжках в высоту, в прыжках из обруча в обруч, в катании мяча перед собой двумя руками по полу; закреплять умение прокатывать мяч между двумя линиями, подлезать под верёвку, не касаясь руками пола; учить перебрасывать мяч друг другу по кругу из-за головы, бросать мяч от головы через сетку. Учить отбивать мяч о пол одной рукой, бросать из-за головы через сетку; упражнять в равновесии, в лазании по гимнастической лестнице, в прыжках боком с продвижением вперёд через верёвку.			
Вводная часть	Ходьба на носках, на пятках, наружных сторонах стоп, спиной вперёд, с перешагиванием через предметы, с приседанием, лёгкий бег, бег врассыпную, быстрый бег.			
ОРУ	С осенними листьями №5 Стр.34	С кубиками №6 стр.38	С мячом №7 стр. 44	Без предметов №8 Стр.49
Основные виды движений	Равновесие Ходьба по верёвке прямо, боком Прыжки Прыжки через верёвку на высоте 5-10 см. Метание Бросание мяча от головы через сетку с расстояния 1,5 м (верхний край сетки на высоте поднятой руки ребёнка) Лазание Подлезание под верёвку не касаясь пола руками из обруча в обруч	Равновесие ходьба по разновысоким скамейкам. Прыжки Прыжки через лежащую на полу верёвку боком с продвижением вперёд. Метание Катание мяча перед собой одной, двумя руками по полу. Отбивание мяча правой и левой руками о пол (3-4 раза подряд); Лазание пролезание в тоннеле	Равновесие Ходьба по скамейке с перешагиванием кубиков (высота кубиков 15 см), Прыжки в длину через 4-6 линий Метание бросание из-за головы через сетку с расстояния 1,5 м Лазание Лазание по гимнастической лестнице (на высоту 2 м).	Равновесие Ходьба по верёвке боком. Прыжки на двух ногах из обруча в обруч Метание упражнения на хопках, фитболах Лазание нестандартные виды лазания.
Подвижные игры	Осенние листья	Найди себе пару	Ловишка	«Найди себе пару»
Малоподвижные игры	«Найди листок»	«Шар воздушный»	«Найди свой цвет» Пальч.гим. «дружба» стр183	Релаксация «Отдых на море»

НОЯБРЬ

Дата Неделя	1 неделя	2 неделя	3 неделя	4 неделя
тема	Транспорт	Домашние животные	Дикие животные. Поздняя осень	Путешествие по странам и континентам
задачи	Упражнять в равновесии, нестандартных видах лазания; закреплять умения прыгивать с высоты 20-25 см, прыгать в высоту до предмета, катать мяч друг другу; развивать мелкие мышцы рук. Учить бросать мяч двумя руками от груди, из-за головы в кольцо, ползать на животе по полу; упражнять в мягком приземлении при прыгивании с кубов, в перешагивание с предмета на предмет.			
Вводная часть	Ходьба на носках, пятках, правым и левым боком, с разведением пяток врозь, змейкой, обычная ходьба; лёгкий бег, быстрый бег, спиной вперёд, обычная ходьба с остановкой; прыжки вперёд на двух ногах, быстрый бег. дыхательные упражнения: на усиленное звучание музыки (мелодия вальса) дети делают вдох, на затихание – выдох.			
ОРУ	Без предметов стр.52	Без предметов стр.56	С мячом стр.60	С мячом стр.66
Основные виды движений	Равновесие Ходьба по скамейке, по верёвке боком; с перешагиванием через набивные мячи. Прыжки Спрыгивание с высоты 20-30 см; упражнение «Достань платочек»; Метание Катание мяча друг другу из разных положений (сидя, стоя)	Равновесие Перешагивание через предметы (высота предметов 15-20 см, расстояние между предметами 70 см); Прыжки Спрыгивание с высоты 30 см. Метание Бросание мяча в кольцо двумя руками от груди, из-за головы с расстояния 1,5-2 м (высота кольца от пола 1,5 м).	Равновесие ходьба по наклонной доске (высота поднятого края доски 30 см) Прыжки в глубину с высоты 20-30 см. Метание Скатывание мяча по наклонной доске с попаданием в предмет. Лазание Ползание на животе под скамейкой	Равновесие перешагивание через препятствия 40 см. Прыжки на двух ногах через 2-3 последовательных предмета Метание упр. С мячом в парах Лазание Нестандартные виды лазания
Подвижные игры	Найди себе пару «Цветные автомобили»	Котята и щенята	«Лиса в курятнике» «Медведь»	«Самолеты»
Малоподвижные игры	«Угадай, кто позвал» Дых.гим «регулирующий»	«Воздушный шар»	«Релаксация «Молчок»	«Кто соберет больше игрушек»

Календарное планирование на ДЕКАБРЬ в СРЕДНЕЙ ГРУППЕ

Неделя дата	1-я неделя	2-я неделя	3-я неделя	4-я неделя
тема	Здравствуй, зимушка зима!	Неделя добрых дел	Права ребенка	Новый год спешит к нам в гости!
задачи	Упражнять в равновесии, в прыжках в длину с места, в ползании по скамейке на животе; закреплять умения бросать мяч из-за головы через сетку, скатывать мяч по наклонной доске с попаданием в предмет. Упражнять в равновесии, в прыжках, в метании, в ползании на четвереньках; развивать координацию движений, мелкие мышцы руки.			
Вводная часть	Ходьба на носках, руки на поясе, на пятках, на наружных сторонах стоп, правым и левым боком, «обезьянки», спиной вперед; ходьба и бег парами в колонне; обычная ходьба; лёгкий бег; прыжки вперед на двух ногах. Ходьба в полуприседе, с разведением носков врозь, с разведением пяток врозь, бег врассыпную с остановкой по сигналу инструктора.			
ОРУ	Со снежинками стр 71 №13	Со снежинками стр 77 №14	На ковриках стр 82 №15	На ковриках стр 85 №16
Основные виды движений	Равновесие Ходьба по «следам», по верёвке боком. Прыжки Прыжки в длину с места до ориентира (расстояние от черты до ориентира 50 см). Метание Бросание мяча из-за головы через сетку с расстояния 1,5 м (верхний край сетки на высоте вытянутой руки ребёнка); Лазание Ползание по скамейке на животе.	Равновесие Перешагивание через кегли по прямой (расстояние между кеглями 70-80 см). Прыжки Прыжки через предметы (высота предметов 5-10 см). Метание скатывание мяча по наклонной доске с попаданием в предмет. Лазание Прокатывание мяча головой вперед из положения на четвереньках, стараясь не отпускать мяч далеко от себя,	Равновесие ходьба по бревну Прыжки Из обруча в обруч Метание Бросание мяча двумя руками от груди через сетку с расстояния 1,5 м Лазание ползание на четвереньках в сочетании с подлезанием под скамейку («змейкой»)	Равновесие ходьба по разновысоким скамейкам Прыжки с короткой скакалкой Метание прокатывание мяча между предметами на расстоянии 1,5 м (расстояние между предметами 40-50 см). Лазание лазание по гимнастической стене; переход с пролёта на пролёт приставным шагом.
Подвижные игры	Не боимся мы Мороза»	«Самолёты»	«Мы весёлые ребята» «	«Мороз – красный нос»
Малоподвижные игры	«Весёлые снежинки»	«Кто соберёт больше игрушек»	«Скажи и покажи»	«Великаны и гномы»

Календарное планирование на ЯНВАРЬ в СРЕДНЕЙ ГРУППЕ

неделя дата	1-я неделя	11-15.01	18-22.01	25-29.01
тема		Страна Мультипликации	Народные праздники на Руси	Народные промыслы. Посуда
задачи	Упражнять в равновесии; закреплять умения прыгать на двух ногах через предметы, спрыгивать со скамейки, ползать по наклонной доске (вверх и вниз) на четвереньках, отбивать мяч одной рукой о пол, метать в горизонтальную цель правой и левой руками. Упражнять в метании, равновесии, в прыжках через обручи, в прыжках со скамейки, в подлезании под верёвкой прямо и боком.			
Вводная часть	Ходьба на носках, руки вверх, на пятках, правым и левым боком, с разведением носков врозь; лёгкий бег, быстрый бег, ходьба в полуприседе, обычная ходьба; прыжки на двух ногах, бег, бег спиной вперёд.			
ОРУ		С мячами стр 90 №17	С косичкой стр 95 №18	Без предметов стр. 99 №19
Основные виды движений		Равновесие упражнения сидя на фитболе. Метание Упражнения с фитболами (см приложение)	Метание Отбивание мяча правой и левой руками о пол (4-5 раз подряд); метание в горизонтальную цель с расстояния 2-2,5 м правой и левой руками. Упражнения с фитболами (см приложение)	Ползание по гим. скамейке. Прыжки с ноги на ногу в чередовании с ходьбой
Подвижные игры		Бездомный заяц	У кого меньше мячей	Гончар
Малоподвижные игры		Пальчик гим Елочка стр.184 Дых гим. Хлопушка	Замок пальч. гим.стр212 Желобкович	Необычный художник стр. 109

Февраль

Дата неделя	1-5 .02	08-12.02	15-20.02	24-26.02
тема	Одежда	Выдумщики и изобретатели	День защитника отечества	Мебель
задачи	Учить ходить по гимнастической скамейке с различным положением рук. Упражнять в равновесии при выполнении ходьбы по наклонной доске. Закреплять умение бросать мяч о пол и ловить после отскока, прыгать с ноги на ногу.			
Вводная часть	Ходьба в колонне по одному, высоко поднимая колени, мелким и широким шагом; бег в колонне врассыпную, с высоким подниманием колен, перестроение в три звена			
ОРУ	С мячом №21 стр 110	С мешочками №22 стр 115	С флажками №23 стр 120	Без предмета №24 стр 124
Основные виды движений	Метание катание мяча по прямой (2-3 раза); Ползание на четвереньках по прямой (3-4 раза); Равновесие ходьба по скамейке без предметов, руки на поясе (3-4 раза) (10 м); бросание мяча о пол и ловля его двумя руками (10-12 раз).	Прыжки вверх до предмета (3-4 раза); Метание катание мяча между предметами змейкой (3-4 раза) Ползание на четвереньках по шнуру (3-4 раза); подбрасывание мяча вверх и ловля после отскока.	Равновесие ходьба по скамейке с мячом, мяч вперед, (3-4 раза); Прыжки вверх с разбега «Достань до предмета» (4-5 раз); Метание катание мяча по скамейке прямо (4-5 раз); Игровое упражнение «Догони мяч».	Лазание ползание по скамейке на животе, подтягиваясь руками (3-4 раза); Равновесие ходьба по скамейке с мячом, мяч вверх, (3-4 раза); Прыжки вверх с разбега «Достань до предмета»; «Подлезь под веревочку»
Подвижные игры	«Карусель»	«Роботы»	Эстафетная игра «Наша Армия сильна»	«На стульчике»
Малоподвижные игры	«Найди свою пару»	«Найди где спрятано»	«Танки»	Пальчиковая гимнастика «Мебель я начну считать»

Март

Дата неделя	01-05.03	09-12.03	15-19.03	22-26.03
тема	Встреча Весны	Международный женский день	Водный мир	День Земли. (экология)
задачи	Учить отбивать мяч от пола двумя руками, стоя на месте. Прыгать в длину с места, отталкиваясь обеими ногами. Упражнять в беге с ускорением и замедлением. Закреплять умение бросать мяч друг другу и ловить его, метать мешочек в горизонтальную цель.			
Вводная часть	Ходьба в колонне по одному, на носках, пятках, на внешней стороне стопы. бег с ускорением и замедлением. перестроение в три звена			
ОРУ	С мячом №25 стр 129	Ритмическая гимнастика №26 стр 133	С гимнастической палкой №27 стр 136	С флажками №28 стр 142
Основные виды движений	Бросание мяча друг другу (2-3 раза); Отбивание мяча об пол двумя руками.	Прыжки в длину с места Ползание по скамейке на животе, подтягиваясь руками	Равновесие ходьба по скамейке , переступая через кубики Прыжки в длину с места Метание Бросание мяча двумя руками от груди через сетку.	Перелазание через скамейку Отбивание мяча от пола двумя руками Прыжки через невысокие предметы
Подвижные игры	«Ручеек»	«Мамины помощники»	«Рыбаки и рыбки»	«Прыжки на травке»
Малоподвижные игры	Подснежники	«Найди где спрятано»	«Вернись на своё место»	«Дом»

Апрель

Дата неделя	05-09.04	12-16.04	19-23.04	26-30.04
тема	Книжкина неделя	Космические просторы	Весенняя неделя добра	Профессии. Уроки ОБЖ
задачи	Учить ходить по гим. скамейке с одноименным движением рук и ног, прыгать последовательно через 4-6 косичек. Упражнять вбросании мяча от груди через сетку. Закреплять умение бегать с ускорением и замедлением.			
Вводная часть	Ходьба в колонне с переменной направления, змейкой, бег в колонне со сменой ведущего перестроение в три звена			
ОРУ	Без предметов №29 стр 147	Со звездами №30 стр 153	С ленточками №31 стр 159	Без предмета №32 стр 162
Основные виды движений	Метание катание мяча по прямой (2-3 раза); Ползание под дугу Равновесие ходьба по скамейке одноименным движением рук и ног	Метание мешочка правой и левой рукой Ползание перелазание через гим. скамейку	Лазание по приставной дугообразной лестницам Метание мешочка в даль, бросание мяча двумя руками из-за головы	Лазание по приставной дугообразной лестницам Прыжки через короткую скакалку. Проползание между перекладинами лестницы, стоящей боком на полу.
Подвижные игры	«Дружба»	«Займи место в ракете»	«Зайка серый умывается»	Пожарные на учении
Малоподвижные игры	«Найди свою пару»	«Найди где спрятано»	«Вернись на своё место»	«Угадай, что делали»

Май

Дата неделя	04-07.05	11-14.05	17-21.05	24-28.05
тема	День Победы	Цветущая весна. Насекомые.	Неделя культуры	Я вырасту здоровым
задачи	Учить лазать по гимнастической стенке вверх и вниз, не пропуская перекладин. Закрепить прыжки из круга в круг. Прыгать через короткую скакалку, метать мяч в даль правой и левой рукой.			
Вводная часть	Ходьба в колонне по одному, приставным шагом по шнуру, бег в колонне с ускорением и замедлением			
ОРУ	Ритмическая гимнастика №33 стр 167	С мячом №34 стр 171	С флажками №35 стр 175	Ритмическая гимнастика №36 стр 179
Основные виды движений	Прыжки из обруча в обруч Лазание по гим. стенке с переходом с пролета на пролет приставным шагом Прыжки через короткую скакалку	Прыжки на двух ногах с продвижением вперед Лазание по приставной дугообразной лестнице с последующим прокатом с горки	Отбивание мяча от пола одной рукой Лазание по гим. стенке с переходом с пролета на пролет приставным шагом.	Лазание по гим. стенке Прыжки через короткую скакалку Отбивание мяча от пола одной рукой
Подвижные игры	«Салют»	«Собери букет»	«Кто у нас хороший»	«У медведя во бору»
Малоподвижные игры	«Найди свою пару»	«Найди где спрятано»	«Вернись на своё место»	«Скок-скок-скок»

Календарное планирование в СТАРШЕЙ ГРУППЕ на СЕНТЯБРЬ				
дата неделя	1-я неделя	2-я неделя	3-я неделя	4-я неделя
Тема	Азбука безопасности	Дары осени (овощи, фрукты)	Труд людей осенью. Уборка хлеба	Краски осени (этажи леса)
задачи	Упражнять в ходьбе и беге с остановкой на сигнал. Учить детей прыгать с разным положением ног (врозь, скрестно); ползать на четвереньках по скамейке, толкая мяч головой; прыгать на предметы (h- 20 см); метать в горизонтальную цель (расстояние 3.5 - 4 м). Закреплять умение прокатывать мяч между предметами одной рукой, двумя руками, ходить по бревну, держа мяч вверху; ходить по наклонной доске (h 35-40 см)			
Вводная часть	Ходьба (спиной вперед, с перекатом с пятки на носок, с задержкой на носках). Бег (на носках, с высоким подниманием колен, со сменой темпа, челночный бег (3x10), бег в быстром темпе через предметы). Перестроение в 3 колонны.			
ОРУ	Без предметов №1	С гим.палкой №2	С флажками №3	С флажками №4
2-я часть ОВД	Метание прокатывание мяча одной рукой из разных положение между предметами 3-4 раза. Равновесие ходьба по наклонной доске (h 35-40 см., ш 20 см.) – 3-4 раза. Прыжки на месте ноги скрестно – ноги врозь 10-12 раз. Лазание Подлезание под дугу 3-4 раза.	Лазание ползание на четвереньках по скамейке, толкая мяч головой 3-4 раза. Метание прокатывание мяча двумя руками из разных положение между предметами 3-4 раза. Равновесие ходьба по наклонной доске (h 35-40 см., ш 20 см.) – 3-4 раза. Прыжки из обруча в обруч (6-8 обручей) 3-4 раза.	Прыжки впрыгивание на предметы (20 см.) 5-6 раз. Лазание ползание на четвереньках между предметами «змейкой», толкая мяч головой 3-4 раза. Метание прокатывание мяча двумя руками друг другу в ворота, стоя на коленях 3-4 раза. Равновесие ходьба по бревну, мяч вверху 3-4 раза.	Метание метание в горизонтальную цель (h - 2.2 м, расстояние 3.5-4 метра) 10-12 раз. Прыжки впрыгивание на предметы (20 см.) 5-6 раз. Лазание ползание на четвереньках между предметами «змейкой», толкая мяч головой 3-4 раза.Игровое упражнение «Набери корзину овощей» Равновесие передвижение в мешках

Подвижные игры	«Мы весёлые ребята»	«Собери урожай»	«Собери урожай»	«Грибник»
Малоподвижные игры	Кричалки-шепталки-молчалки	«Что изменилось»	Овощи и фрукты стр.210 Сулим Детский фитнес	Релаксация «Осенний лист»

ОКТЯБРЬ

дата неделя	1-я неделя	2-я неделя	3-я неделя	4-я неделя
ТЕМА	Уроки вежливости. Этикет	Семья. Семейные традиции	Мой поселок	Моя Родина Россия
задачи	Развивать точность движений; упражнять в равновесии, в лазании, в прыжках, в подлезании под дугу прямо и боком; закреплять умение владеть мячом. Упражнять в ходьбе и беге, в равновесии, в прыжках, в ползании по скамейке на животе; развивать ловкость и координацию движений, глазомер.			
Вводная часть	Ходьба на носках, на пятках, с высоким подниманием колен, «слоники» (высокие четвереньки на прямых ногах и руках) ногами вперёд, спиной вперёд, в полуприседе, «крабики» (сидя на полу, ноги согнуты в коленях, руки по бокам на полу, приподняться животом вверх и передвигаться вперёд), «обезьянки», с разведением носков врозь, обычная ходьба; бег змейкой, бег, лёгкий бег 1,5 мин, обычная ходьба; бег быстрый, спокойный бег до 1,5 мин. Перестроение в 2-3 звена.			
ОРУ	С осенними листьями №5	Без предметов №6	С мячом №7	Без предметов №8
2-я часть ОВД	Равновесие Ходьба по скамейке прямо, боком. Прыжки Прыжки через 5-6 предметов (высота предметов 15-20 см). Метание Бросание мяча о стенку и ловля его двумя руками; вверх и ловля его на месте (не менее 10 раз подряд); отбивание мяча о пол одной рукой на месте (не менее 10 раз подряд). Лазание Подлезание под	Равновесие Ходьба по скамейке на носках, руки на поясе. Прыжки Перепрыгивание через шнур справа и слева, продвигаясь вперёд (расстояние 35-40 см). Метание Забрасывание мяча в баскетбельное кольцо с расстояния 3,5 м (высота баскетбольного кольца от пола 2,2 м); Лазание Ползание по гимнастической скамейке на	Равновесие ходьба по гимнастической скамейке с поворотом, различными движениями рук. Прыжки до предметов, подвешенных на 15-20 см выше поднятой руки Метание подбрасывание мяча вверх с хлопком во время полёта мяча. Лазание ползание и перелезание через предметы (скамейка, брёвна)	Равновесие Лазание по гимнастической стенке Прыжки через предметы высотой 20 см Метание броски набивного мяча вдаль Лазание Передвижение вперёд с помощью рук и ног сидя на скамье

	дугу прямо и боком, не касаясь руками пола (высота дуги 40-50 см).	животе, подтягиваясь двумя руками (высота скамейки 25 см).		
Подвижные игры	«Мы девчонки и мальчишки»	«Гуси-лебеди»	Ловишки-перебежки.	«Бусинки»
Малоподвижные игры	«Кольцо-колечко»	«Не ошибись»	«Запомни свой цвет»	Релаксация «Океан»

Дата Неделя	1 неделя	2 неделя	3 неделя	4 неделя
ТЕМА	Транспорт	Домашние животные	Дикие животные. Поздняя осень	Путешествие по странам и континентам
задачи	Упражнять в беге по кругу, взявшись за руки, с поворотом в противоположную сторону, в равновесии, в прыжках; закреплять умения ползать по гимнастической скамейке на четвереньках, перебрасывать мяч друг другу разными способами. Упражнять в ходьбе и беге змейкой, в равновесии, в метании, в лазании; закреплять умение прыгать через шнур.			
Вводная часть	Ходьба на носках, руки вверх; на пятках; со сменой положения рук по команде инструктора (вверх, к плечам, в стороны, вперёд, на пояс). Ходьба гусиным шагом; с постановкой одной ноги на пятку, другой на носок; «котики», «раки», в полуприседе, «слоники», со сменой положения рук (вверх, к плечам, в стороны, вперёд, на пояс); подскоки; «муравьишки», «крабики», с дыхательными упражнениями (вдох через нос и медленный выдох через рот), ходьба и бег змейкой; бег 1,5 мин.			
ОРУ	Со стулом стр 57 №9	Со стулом стр 57 №10	Без предметов стр. 68 №11	С кеглями стр 73 №12
2-я часть ОВД	Равновесие Ходьба по скамейке с перекладыванием мяча из правой руки в левую перед собой и за спиной. Прыжки Прыжки по прямой: два прыжка на правой ноге, два – на левой и т.д. Метание Перебрасывание мяча двумя руками снизу, из-за головы в парах (расстояние между детьми 2,5 м); отбивание мяча о пол правой и левой руками с продвижением вперёд шагом; перебрасывание мяча в парах из разных положений (стоя, сидя).	Равновесие ходить перешагивая через палки положенные на стулья Прыжки на одной ноге, продвигаясь вперед по прямой и по кругу Метание на дальность Лазание Проползти в упоре стоя на коленях до середины скамейки, пролезть в обруч, который держит взрослый вертикально к скамейке, доползти до конца и сойти вниз.	Равновесие Ходьба по скамейке с мешочком на голове, руки на пояс. Прыжки Перепрыгивание через шнуры (расстояние между шнурами 50 см). Метание Подбрасывание мяча двумя руками вверх и ловля его после хлопка в ладоши; бросание мяча о стену и ловля его двумя руками; отбивание мяча о пол одной рукой на месте (до 6 раз подряд). Лазание Ползание на четвереньках между кеглями, подталкивая перед собой головой мяч.	Равновесие Прыжки Метание Лазание

Подвижные игры	Эстафеты	Кот и мыши	«хитрая лиса»	Гном, мороз и елочки
Малоподвижные игры	Регулировщик	Упр. «Теленок» стр. 51 Копылова	Изобрази животного	Веселая зарядка

ДЕКАБРЬ

неделя дата	1-я неделя	2-я неделя	3-я неделя	4-я неделя
ТЕМА	Здравствуй, зимушка зима!	Неделя добрых дел	Права ребенка	К нам приходит Новый год!
задачи	Упражнять в ходьбе и беге колонной по одному с сохранением определённой дистанции друг от друга, в равновесии, в прыжках, в метании, в лазании. Упражнять в ходьбе и беге между предметами, в прыжках на двух ногах с зажатым между ног мячом; формировать устойчивое равновесие при ходьбе и беге по наклонной доске; развивать ловкость и глазомер.			
Вводная часть	Ходьба на носках, на пятках; гусиным шагом; с постановкой одной ноги на пятку, другой на носок; «котики», «муравьишки», «раки», в полуприседе, «слоники», со сменой положения рук (вверх, к плечам, в стороны, вперёд, на пояс); подскоки; лёгкий бег; бег в среднем темпе. Ходьба и бег между кубиками на носках, на пятках, в полуприседе, «котики» (средние четвереньки на ладонях и коленях), «разведчики», «обезьянки», спиной вперёд;			
ОРУ	С обручем №13	С обручем №14	С эспандером №15	С эспандером №16
2-я часть ОВД	Равновесие Ходьба по скамейке с перешагиванием через кубики, поставленные на расстоянии двух шагов ребёнка (высота скамейки 25 см). Прыжки Перепрыгивание с ноги на ногу с продвижением вперёд на расстояние 5 м. Метание Бросание мяча о стену и ловля его двумя руками; Лазание Ползание на четвереньках между	Равновесие ходьба по бревну с мешочком на голове. Прыжки Прыжки через скакалку. Метание перебрасывание мяча в парах и ловля его в разных положениях (стоя, сидя) различными способами (снизу, из-за головы, от груди, с отскоком от пола) расстояние между детьми 2,5 м. Лазание перелезание через верх стремянки.	Равновесие Ходьба и бег по наклонной доске (высота поднятого края доски 40 см, ширина доски 20 см). Прыжки «Кто быстрее до предмета» дети зажимают мяч между ног и прыгают на двух ногах до предмета и обратно. Метание в горизонтальную цель Лазание Ползание по гимнастической скамейке на животе, подтягиваясь двумя руками	Равновесие ходьба спиной вперёд. Прыжки вспрыгивание на высоту 20 см Метание броски набивного мяча Лазание влезание по наклонной и вертикальной лестницам.

	кеглями, подталкивая перед собой головой мяч;				
Подвижные игры	«Синичка».	День и ночь стр.83 Желобкович	Успей выбежать стр 90 Желобкович	«Мороз Красный Нос».	«Б...
Малоподвижные игры	«Не ошибись»	Релаксация под спокойную музыку	Низко – высоко	«Снежок» (муз. игра)	

ЯНВАРЬ

неделя дата	1-я неделя	2-я неделя	3-я неделя	4-я неделя	
задачи		Страна Мультипликация №17	Народные праздники на Руси №18	Народные промыслы. Посуда №19	
Вводная часть	Закреплять умения перебрасывать мяч в парах разными способами, влезать на гимнастическую стенку, не пропуская реек; упражнять в перепрыгивании через шнуры на двух ногах без паузы; развивать равновесие. Упражнять в пролезании в обруч, в равновесии, в метании; учить лазать по гимнастической стенке, переходить с пролёта на пролёт гимнастической стенки по диагонали.				
ОРУ	Ходьба на носках, руки вверх; на пятках, руки за головой; в полуприседе, руки на поясе; «раки»; спиной вперёд; «разведчики»; с постановкой одной ноги на пятку, другой на носок; «слоники»; лёгкий бег; бег (1,5 мин), «обезьянки»; «муравьишки»; «крабики»; с постановкой одной ноги на пятку, другой на носок; «слоники»; приставным шагом; «канатаходцы»; бег спиной вперёд				
2-я часть ОВД		С мячом	С мячом в парах стр 115	С мячом в парах стр 115	
Подвижные игры		Ходьба по скамейке, руки за головой. Прыжки в длину с места до ориентира Перебрасывание мяча через сетку с расстояния 3-4 м	Ходьба по верёвке, лежащей на полу, прямо и боком, руки на поясе, за головой, в стороны. Прыжки через скакалку Метание вдаль Лазание по гимнастической	Прыжки на одной ноге с продвижением вперед . Прыжки через длинную скакалку. Пролезание в обруч прямо и боком	

		Пролезание в обруч правым и левым боком, не касаясь руками пола (обруч стоит на полу);	стенке (, по диагонали с пролёта на пролёт.	Метание вдаль
Малоподвижные игры		Маша и медведь	Эстафеты с метанием в цель; с передачей предметов по цепочке	Гончар
Малоподвижные игры		Жарко - холодно	Релаксация «ЗИМНИЙ СОН»	Буря в стакане

Февраль

<div>дата</div> <div>неделя</div>				
	1-я неделя	2-я неделя	3-я неделя	4-я неделя
Тема	Одежда	Выдумщики и изобретатели	День защитника Отечества	Мебель
задачи	Учить ходить по скамейке боком, руки на поясе, приставным шагом и прыгнуть; Учить прыгать на одной ноге, продвигаясь вперед и толкая шишку			
Вводная часть	Ходьба (спиной вперед, с перекатом с пятки на носок, с задержкой на носках). Бег (на носках, с высоким подниманием колен, со сменой темпа, челночный бег (3х10), бег в быстром темпе через предметы). Перестроение в 3 колонны.			
ОРУ	Без предметов Занятие. №20 [5стр.124]	С гим.палкой №21	С флажками №22	С флажками №23
2-я часть ОВД	<p>Ходьба по скамейке раскладывая и собирая мелкие кубики</p> <p>Прыжки через скакалку</p> <p>Прокатывание мяча между кеглями</p> <p>Ползание по пластунски</p>	<p>Ходьба по скамейке, перешагивая через кубики.</p> <p>Ползание по гим.скамейке на животе</p> <p>Прыжки на двух ногах до предмета</p>	<p>Ходьба по наклонной доске, спуск по лесенке. Ползание по гим.скамейке на животе</p> <p>Забрасывание мяча в корзину</p> <p>Ходьба по гис.стенке, спиной к ней</p>	<p>Ходьба по скамейке, с мешочком на голове.</p> <p>Перебрасывание мяча друг другу</p> <p>Прыжки через скамейку</p> <p>Лазание по гим.стенке</p>
Подвижные игры	«Мы весёлые ребята»	«Фантазер»	«У солдат порядок строгий»	«На стульчиках»
Малоподвижные игры	Игра «Я умею одеваться» прил №9	«Что изменилось»	Игровое упр. «Снайперы»	Пальчиковая игра «Мебель я начну считать»

дата неделя	1-я неделя	2-я неделя	3-я неделя	4-я неделя
ТЕМА	Встреча Весны	Международный женский день	Водный мир	День Земли(экология)
ЗАДАЧИ	Учить прыгать в длину с места, прыгать в высоту с разбега, Учить ходить по скамейке: руки за головой, прыгать в длину с места, прыгать в высоту с разбега, Учить лазать по наклонной леснице, с переходом на гим. стенку, ходить с закрытыми глазами,			
ВВОДНАЯ ЧАСТЬ	Перестроение в колонне по 1, по2, ходьба и бег врассыпную; бег до 1 мин, с перешагиванием через бруски, по сигналу поворот в другую сторону.			
ОРУ/УТРЕННЯЯ ГИМНАСТИКА	С малым мячом №24	Без предметов №25	С кубиками №26	С обручем №27
2-АЯ ЧАСТЬ ОСНОВНЫЕ ВИДЫ ДВИЖЕНИЙ	Равновесие Ходьба по канату боком приставным шагом с мешочком на голове Прыжки из обруча в обруч Ползание по-пластунски в сочетании с перебежками	Ходьба по скамейке, перешагивая через кубики Прыжок в высоту с разбега Метание мешочков в цель правой и левой рукой. Пролезание в обруч	Ходьба по ограниченной поверхности боком с хлопками перед собой. Перебрасывание мяча из левой в правую руку с отскоком от пола. Ползание по скамейке по-медвежьи	Ходьба по скамье приставным шагом Метание в горизонтальную цель Прыжки со скамейки на мат Лазание по гим.стенке разноименным способом
ПОДВИЖНЫЕ ИГРЫ	«Собери ручейки в речку», «Матушка Весна»	«Собери цветы»	«Караси и щука» «Невод».	«Бусинки»
МАЛОПОДВИЖНЫЕ ИГРЫ	«Кольцо-колечко»	«Не ошибись»	«Нагоним волны» дых.гимнастика	Релаксация «Океан»

Апрель

Дата Неделя	1 неделя	2 неделя	3 неделя	4 неделя
ТЕМА	Транспорт	Космические просторы	Неделя добрых дел	Я вырасту здоровым» день Земли
ЗАДАЧИ	. Учить лазать по наклонной леснице, с переходом на гим. стенку, ходить с закрытыми глазами; Учить прыгать с высоты 30-40 см. в обруч, прыгать в длину с разбега, Учить ходить по скамье, высоко поднимая бедра и спрыгивая в конце,			
ВВОДНАЯ ЧАСТЬ	Ходьба на носках, руки вверх; на пятках; со сменой положения рук по команде инструктора (вверх, к плечам, в стороны, вперёд, на пояс). Ходьба гусиным шагом; с постановкой одной ноги на пятку, другой на носок; «котики», «раки», в полуприседе, «слоники», со сменой положения рук (вверх, к плечам, в стороны, вперёд, на пояс); подскоки; «муравьишки», «крабики», с дыхательными упражнениями (вдох через нос и медленный выдох через рот), ходьба и бег змейкой; бег 1,5 мин.			
ОРУ/УТРЕННЯЯ ГИМНАСТИКА	Со стулом №28	Со стулом №29	Без предметов №30	С кеглями №31
2-АЯ ЧАСТЬ ОСНОВНЫЕ ВИДЫ ДВИЖЕНИЙ	Ходьба по гим. скамейке с поворотом кругом; прыжки из обруча в обруч; Метание в вертикальную цель правой и левой рукой Вис на гим. стенке	Ходьба по ограниченной поверхности с перебрасыванием малого мяча перед собой. Пролезание в обруч боком. Отбивание мяча одной рукой. Прыжки в высоту.	Ходьба по скамейке спиной вперед. Прыжки через скамейку Метание в даль набивного мяча. Ползание по туннелю. Прокатывание обруча друг другу.	Ходьба по скамейке с мешочком на голове Перебрасывание мяча за спиной и ловля его двумя руками. Лазание по гим. стенке с переходом на другой пролет. Прыжки через длинную скакалку.
ПОДВИЖНЫЕ ИГРЫ	Эстафеты Светофор	Полет	Эстафета «Дружба»	«Ловишка с ленточками»
МАЛОПОД. ИГРЫ	Регулировщик	Кто на чем летит	Изобрази животного	Веселая зарядка

Май

неделя дата	1-я неделя	2-я неделя	3-я неделя	4-я неделя	
ТЕМА	День Победы	Цветущая весна. Насекомые.	Неделя культуры	Я вырасту здоровым!	
задачи	. Учить ползать по скамейке на животе и на спине, подтягиваясь руками, подбрасывать мяч вверх и ловить двумя руками, ходить выпадами, бегать мелким и широким шагом, Учить лазать по канату, выполнять элементы игры в бадминтон, Учить метать мешочек в горизонтальную цель снизу правой и левой рукой, Прыгать с высоты с поворотом, прыгать через обруч				
Вводная часть	Ходьба и бег парами, бег змейкой; на носках в чередовании с ходьбой, с изменением направления движения, высоко поднимая колени; широким шагом; с перекатом с пятки на носок; на низких четвереньках спиной вперед.				
ОРУ	С обручем №32	С обручем №33	С эспандером №34,	С эспандером №35	
2-я часть ОВД	Ходьба по скамейке с мешочком на голове. Прыжки в длину с разбега Метание набивного мяча. Ходьба по гим. скамейке спиной к ней.	Ходьба по скамейке, перешагивая через мячи. Ползание по гимнастической скамейке на животе, подтягиваясь двумя руками. Перебрасывание мяча друг другу. Прыжки «Кто быстрее до предмета» дети зажимают мяч между ног и прыгают на двух ногах до предмета и обратно.	Метание в горизонтальную цель Бег 10м., 30м. Прыжки в длину с места.	Метание набивного мяча Прыжки через скакалку Отбивание мяча Бег на выносливость 300м..	
Подвижные игры	«Разведчики», «Парашют»	«Медведь и пчелы», «Паук и мухи»	Успей выбежать стр 90 Желобкович	«Силачи».	«Бабка
Малоподвижные игры	«Меткие стрелки»	Игровое упражнение «Муравьи»	Низко – высоко	Угадай вид спорта	

Календарное планирование в ПОДГОТОВИТЕЛЬНОЙ ГРУППЕ на СЕНТЯБРЬ

дата неделя	1-я неделя	2-я неделя	3-я неделя	4-я неделя
ТЕМА	Азбука безопасности	Дары осени (овощи, фрукты)	Труд людей осенью. Уборка хлеба	Краски осени (этажи леса)
задачи	Упражнять в ходьбе в колонне по одному, парами, с соблюдением дистанции, совершая движения руками, выпадами, в приседе, гимнастическим шагом, приставным шагом; беге сильно сгибая колени, спиной, через препятствия. Учит детей прыгать продвигаясь вперед, перепрыгивать линию с зажатым мешочком между ног, перепрыгивать через 6-8 набивных мячей. Закрепить умения бросать мяч вверх и ловить его двумя руками не менее 20 раз, метать в вертикальную цель, Учит ведению мяча.			
Вводная часть	Ходьба, совершая различные движения руками, выпадами, в приседе, «Обезьянки», с постановкой одной ноги на пятку, другой на носок. Бег, сильно сгибая ноги в коленях, спиной вперед, через препятствия; бег до 2х минут. Перестроение в 3 колонны.			
ОРУ	С мячом стр 24 зан №1	С мячом стр 24зан №2	С флажками см утр.гим №3	Без предметов см утр гим.№4
2-я часть ОВД	Прыжки на носках, продвигаясь вперед 10-12 раз. Метание бросание мяча вверх и ловля его двумя руками не менее 20 раз. Ведение мяча. Равновесие ходьба по гимнастической скамейке с мешочком на голове. Лазание подлезание под гимнастическую скамейку по-пластунски 3-4 раза.	Лазание ползать на четвереньках по гимнастической скамейке 3-4 раза. Прыжки на носках, продвигаясь вперед змейкой 10-12 раз. Прыжки из обруча в обруч 6-8 обручей 4-5 раз. Метание) бросание мяча вверх и ловля его двумя руками после отскока не менее 20 раз. Ведение мяча. Равновесие «Кто устоит?»	Метание в вертикальную цель расст. 4-5 метров. Лазание ползать на четвереньках по гимнастической скамейке, перелезая через набивные мячи 3-4 раза. Прыжки на носках, продвигаясь вперед змейкой 10-12 раз. Равновесие перешагивание через кубики прямо и боком 3-4 раза.	Прыжки перепрыгивать линию с зажатым между ног мешочком 10 раз. Метание в вертикальную цель расст. 4-5 метров. Лазание ползать на четвереньках по гимнастической скамейке, перелезая через набивные мячи 3-4 раза. Игровое упражнение «Передай мяч над головой» Равновесие передвижение в мешках
Подвижные игры	Пустое место Мы – веселые ребята	Будь внимательным	Бусинки Эстафеты на месте	«Ловишки-перебежки» эстафета

Малоподвижные игры	Парк аттракционов Назови вид транспорта» ходьба с выполнением задания	«Огородная хороводная»	Разгрузка овощей	Релаксация под музыку
---------------------------	---	------------------------	------------------	-----------------------

Календарное планирование на ОКТЯБРЬ в ПОДГОТОВИТЕЛЬНОЙ ГРУППЕ

дата неделя	05-09октября	12-16 октября	19-23 октября	26-30 октября
тема	Уроки вежливости. Этикет	Семья. Семейные традиции	Мой поселок	Моя Родина Россия
задачи	Упражнять в равновесии; закреплять умения группироваться в прыжках через канат, ритмично влезать на гимнастическую стенку и спускаться с неё, бросать мяч в баскетбольное кольцо одной и двумя руками после ведения мяча, уверенно выполнять разнообразные упражнения с мячом; основные виды движений, добиваясь точного, выразительного, энергичного выполнения всех видов движений; развивать координацию движений. Закреплять умения выполнять выразительные движения в соответствии с музыкой, основные виды движений осознанно, быстро и ловко, выполнять упражнения с мячом; учить преодолевать двигательные трудности; развивать ловкость, координацию движений, внимание, быстроту реакции; укреплять мышцы кистей рук.			
Вводная часть	Ходьба на носках, руки вверх, на пятках, спиной вперёд, с высоким подниманием колен, имитация ходьбы на лыжах, с постановкой одной ноги на пятку, другой на носок, «канатаходцы» (приставляя пятку одной ноги к пальцам другой), в полуприседе, «обезьянки», приставным шагом, с упражнениями для рук (руки вперёд, вверх, в стороны, сжимая пальцы в кулаки на каждый шаг), обычная ходьба; подскоки; боковой галоп; быстрый бег 2-3 круга, лёгкий бег змейкой, бег спиной вперёд, бег с захлёстыванием голени назад, с изменением направления движения.			
ОРУ	С осенними листьями зан №5	С осенними листьями №6	С мячом №7	С мячом №8
2-я часть ОВД	Равновесие Ходьба по скамейке с хлопком под вытянутой вперёд ногой. Прыжки Прыжки в высоту с разбега через канат (высота каната над полом 50 см), через верёвку боком (верёвка лежит на полу) Метание отбивание мяча о землю одной рукой в	Равновесие Прыжки по скамейке с продвижением вперёд. Прыжки на скакалке. Метание передача мяча из одной руки в другую с отскоком от пола в движении; перебрасывание мячей друг другу во время ходьбы, бега. Лазание быстро без остановок влезать на лестницу и	Равновесие ходьба по скамейке, приседая на одной ноге, а другую махом перенося вперёд сбоку Прыжки на двух ногах через верёвку (инструктор вращает верёвку), не касаясь пола; Метание ведение мяча одной рукой с продвижением вперёд между предметами.	Равновесие ходьба по узкой стороне скамейки прямо и боком Прыжки на одной ноге, группой, удерживая друг-друга за плечо. Прыжки на двух ногах с подбрасыванием вверх мяча двумя руками и ловлей его. Метание бросание набивного

	движении (в колонне по одному по кругу); Лазание Ползание под дугами с опорой на руки	спускаться с неё.	Лазание Лазание по верёвочной лестнице.	мяча вдаль Лазание по скамейке на животе и на спине. Под скамейкой
Подвижные игры	Приветики	Вышибалы	Ловишки с лентами	Оркестр
Малоподвижные игры	Приветствие- прощание	Съедобное-несъедобное	Гонка мячей по кругу Релаксация «Осенний лист»	Игра с мячом «Города"

Календарное планирование на НОЯБРЬ в ПОДГОТОВИТЕЛЬНОЙ ГРУППЕ

Дата Неделя	1 неделя	2 неделя	3 неделя	4 неделя
темы	Транспорт	Домашние животные	Дикие животные. Поздняя осень	Путешествие по странам и континентам №12
задачи	Упражнять в равновесии, в прыжках, в метании; закреплять умение выполнять основные виды движений в быстром темпе; развивать координацию движений, быстроту реакции, силу, ловкость, ориентировку в пространстве; укреплять мышцы стоп. Развивать физические волевые качества, мышечную силу, ловкость, быстроту движений, умение выполнять выразительные движения в соответствии с музыкой, упражнения на возвышенной опоре; на сохранение равновесия; упражнять в прыжках через предметы.			
Вводная часть	Ходьба на носках, на внешней стороне стопы, на пятках спиной вперёд, в приседе, «крабики», «слоники», «канатоходцы», обычная ходьба; построение в три звена; прыжки на правой и левой ноге с продвижением вперёд; дыхательные упражнения; боковой галоп; лёгкий бег, быстрый бег, бег спиной вперёд, бег с заданиями (взять 2 кубика из корзины, пробежать один круг, положить кубики в корзину). семенящим и широким шагом; обычная ходьба; имитация ходьбы на лыжах; быстрый бег (2-3 круга); боковой галоп; построение в 3 звена; подскоки; лёгкий бег; бег с захлёстыванием голени назад, бег с выбрасыванием прямых ног вперёд.			
ОРУ	Со стулом №9	Со стулом №10	С фитболом №11	С фитболом №12
2-я часть ОВД	Ходьба по канату прямо, боком. Прыжки с ноги на ногу с круговыми движениями рук вперёд и назад, с продвижением вперёд камешка. Ведение мяча одной рукой с дополнительными заданиями. Пролезть не касаясь пола руками, под веревкой	Встать на скамейку, пройти до середины, пролезть в обруч, который держит вертикально взрослый. Пройти до конца и спрыгнуть. Прыжки на скакалках Метание перебрасывание мяча из одной руки в другую с отскоком от пола. Лазание Проползти по-пластунски 4—5 м	Равновесие Ходьба по скамейке с перешагиванием через набивные мячи. Прыжки Перепрыгивание через набивные мячи с продвижением вперёд в чередовании с ходьбой. Метание Упражнения с фитболом для разных групп мышц. Лазание Проползание под гимнастической скамейкой.	Упражнения с фитболом для развития физических качеств Равновесие Прыжки Метание Лазание
Подвижные игры	Мотоциклисты	Кошки-мышки	Охотник и орел стр 69	На оленьих упряжках
Малоподвиж. игры	Хлопушка	«Буренушка» пальчиковая игра	Медведи с цепью	Летает- не летает

Неделя дата	1-я неделя	2-я неделя	3-я неделя	4-я неделя
Тема	Здравствуй, зимушка зима!	Неделя добрых дел	Права ребенка	К нам приходит Новый год!
задачи	Развивать координацию движений, глазомер, быстроту реакции, ловкость, силу, ориентировку в пространстве, двигательные навыки в прыжках, в ползании змейкой; упражнять в равновесии. Развивать глазомер, умение бросать мяч друг другу в парах через волейбольную сетку, ловкость, силу, быстроту реакции, умение владеть телом и управлять движениями на ограниченной площади; упражнять в равновесии, в прыжках на одной ноге через обруч; закреплять умение выполнять основные виды движений в быстром темпе.			
Вводная часть	Ходьба на носках; на пятках; с постановкой одной ноги на пятку, другой на носок; с разведением носков, пяток врозь; «муравьишки»; «крабики»; «обезьянки»; в полуприседе; с упражнениями для рук (руки вперед, к плечам, в стороны, сжима в кулаки пальцы на каждый шаг); обычная ходьба; прыжки на двух ногах с продвижением вперед; бег с высоким подниманием колен («лошадки»); бег с изменением направления движения по сигналу; бег спиной вперед;			
ОРУ	С обручем №13	С обручем №14	С эспандером №15	С эспандером №16
2-я часть ОВД	Ходьба по гимнастической скамейке боком с мешочком на голове, руки в стороны. Перепрыгивание на одной ноге через верёвку вперед-назад, вправо-влево на месте, с продвижением вперед. Бросание мяча снизу, из-за головы, от груди в парах; передача мяча ногой в парах; Ползание змейкой с опорой на предплечья и колени между кеглями,	Бег по скамейке, руки в стороны. Прыжки через скакалку. бросок мяча о пол и ловля его после отскока двумя руками; Залезание на гимнастическую стенку и спускание с её противоположной стороны с переходом с пролёта на пролёт по диагонали.	Равновесие ходьба по скамейке с подъёмом прямой ноги вперед и делая под ней хлопок Прыжки Прыжки друг за другом на одной ноге через обручи, лежащие на полу (3 обруча). Метание Броски мяча через волейбольную сетку в парах. Лазание упражнения на спортивном комплексе	Равновесие ходьба по скамейке, посередине остановиться и перешагнуть палку, которую держат в руках. Прыжки подпрыгивание до предмета. Метание Ведение мяча. Лазание по канату
Подвижные игры	Синичка	Приветтики	Ловишка – бери ленту Снежный завал	Два Мороза Чье звено скорее соберется
Малоподвиж. игры	Не ошибись	День и ночь	Кто вышел?	Мороз (муз.)

Календарное планирование на ЯНВАРЬ в ПОДГОТОВИТЕЛЬНОЙ ГРУППЕ

неделя дата	1-я неделя	2-я неделя	3-я неделя	4-я неделя
тема		Страна Мультипликация №17	Народные праздники на Руси №18	Народные промыслы. Посуда №19
задачи	Учить прыгать через короткую скакалку, правильно держать скакалку за её концы, вращать скакалку; упражнять в равновесии; отрабатывать навыки метания, лазания; помочь в преодолении двигательных трудностей. Учить прыжку в длину с разбега. Познакомить с упражнением «уголок на гимнастической лестнице»; упражнять в равновесии, в метании, в лазании; закреплять умение выполнять основные виды движений в быстром темпе; развивать ловкость движений, силу, быстроту реакции.			
Вводная часть	ходьба на носках, на пятках; на внешней стороне стопы; с постановкой одной ноги на пятку, другой – на носок; с приставлением пятки одной ноги к пальцам другой; «раки»; «слоники»; с разведением носков, пяток врозь; в полуприседе; спиной вперёд; боковой галоп; построения в звенья; лёгкий бег; быстрый бег (2-3 круга); челночный бег; бег с захлёстыванием голени назад; бег с выбрасыванием прямых ног вперёд; бег с ускорением; подскоки			
ОРУ		С мячом	С мячом	
2-я часть ОВД	.	Ходьба по гимнастической скамейке с перекладыванием мяча из одной руки в другую перед собой, за спиной. Прыжки в длину с разбега. бросание мяча о стену, ловля его Ползание на четвереньках боком со сменой направления движения по сигналу инструктора;	Равновесие кружение с закрытыми глазами, остановиться, сделать фигуру. Прыжки через длинную скакалку, Лазание вис на гимнастической стенке, подъём прямых ног до прямого угла.	Ходьба на четвереньках с толканием головой мяча на расстояние 3 м;; бросание мешочков с песком в горизонтальную цель (обруч большого диаметра) с расстояния 4 м. Ведение мяча.
Подвижные игры		Два Мороза Игры с санками	Эстафеты С ведением мяча; Прыжки на хопках; С попаданием мяча в обруч;	Гончар
Малоподвижные игры		Холодно-жарко	Релаксация «улыбка»	Пальч. гим «Повар» стр 63 Копылова

Февраль

дата неделя	1-я неделя	2-я неделя	3-я неделя	4-я неделя
Тема	Одежда	Выдумщики и изобретатели	День защитника Отечества	Мебель
задачи	Учить ходить по скамейке боком, руки на поясе, приставным шагом и прыгнуть; Учить прыгать на одной ноге, продвигаясь вперед и толкая шишку			
Вводная часть	Ходьба (спиной вперед, с перекатом с пятки на носок, с задержкой на носках). Бег (на носках, с высоким подниманием колен, со сменой темпа, челночный бег (3x10), бег в быстром темпе через предметы). Перестроение в 3 колонны.			
ОРУ	Без предметов Занятие. №20 [5стр.124]	С гим.палкой №21	С флажками №22	С флажками №23
2-я часть ОВД	Ходьба по скамейке раскладывая и собирая мелкие кубики Прыжки в длину с места Отбивание мяча правой и левой рукой Ползание по пластунски	Ходьба по скамейке, перешагивая через кубики. Ползание по гим.скамейке на животе Прыжки в высоту Лазание по гим.стенке с использованием перекрестного движения рук и ног	Ходьба по наклонной доске, спуск по лесенке. Ползание по гим.скамейке на животе Забрасывание мяча в корзину Ходьба по гис.стенке, спиной к ней Бросание набивного мяча	Ходьба по скамейке, с мешочком на голове. Перебрасывание мяча друг другу Прыжки через скамейку Лазание по гим.стенке
Подвижные игры	«Мы весёлые ребята»	«Фантазер»	«У солдат порядок строгий»	«Займи стульчик»
Малоподвижные игры	Игра «Я умею одеваться» прил №9	«Что изменилось»	Игровое упр. «Снайперы»	Пальчиковая игра «Мебель я начну считать»

Март

дата неделя	1-я неделя	2-я неделя	3-я неделя	4-я неделя
тема	Встреча Весны	Международный женский день	Водный мир	День Земли(экология)
задачи	Учить прыгать в длину с места, прыгать в высоту с разбега, Учить ходить по скамейке: руки за головой, прыгать в длину с места, прыгать в высоту с разбега, Учить лазать по наклонной леснице, с переходом на гим. стенку, ходить с закрытыми глазами,			
Вводная часть	Перестроение в колонне по 1, по2, ходьба и бег врассыпную; бег до 1 мин, с перешагиванием через бруски, по сигналу поворот в другую сторону.			
ОРУ	С малым мячом №24	Без предметов №25	С кубиками №26	С обручем №27
2-я часть ОВД	Равновесие Ходьба по канату боком приставным шагом с мешочком на голове Метание теннисного мяча в цель Подъем туловища, из положения лежа спиной на полу	Ходьба по скамейке, перешагивая через кубики Прыжок в высоту с разбега Метание теннисного мяча в цель Пролезание в обруч	Ходьба по узкой поверхности боком с хлопками над головой. Перебрасывание мяча из левой в правую руку с отскоком от пола. Ползание по скамейке по-медвежьи	Ходьба по скамье приставным шагом Метание в горизонтальную цель Прыжки со скамейки на мат Лазание по гим.стенке разноименным способом Отжимание
Подвижные игры	«Собери ручейки в речку», «Матушка Весна»	«Собери цветы»	«Караси и щука» «Невод».	«Бусинки»
Малоподвижные игры	«Кольцо-колечко»	«Не ошибись»	«Нагоним волны» дых.гимнастика	Релаксация «Океан»

Апрель

Дата Неделя	1 неделя	2 неделя	3 неделя	4 неделя
ТЕМА	Транспорт	Космические просторы	Неделя добрых дел	Я вырасту здоровым» день Земли
задачи	. Учить лазать по наклонной леснице, с переходом на гим. стенку, ходить с закрытыми глазами; Учить прыгать с высоты 30-40 см. в обруч, прыгать в длину с разбега, Учить ходить по скамье, высоко поднимая бедра и спрыгивая в конце,			
Вводная часть	Ходьба на носках, руки вверх; на пятках; со сменой положения рук по команде инструктора (вверх, к плечам, в стороны, вперёд, на пояс). Ходьба гусиным шагом; с постановкой одной ноги на пятку, другой на носок; «котики», «раки», в полуприседе, «слоники», со сменой положения рук (вверх, к плечам, в стороны, вперёд, на пояс); подскоки; «муравьишки», «крабики», с дыхательными упражнениями (вдох через нос и медленный выдох через рот), ходьба и бег змейкой; бег 1,5 мин.			
ОРУ	Со стулом №28	Со стулом №29	Без предметов №30	С кеглями №31
2-я часть ОВД	Ходьба по гим. скамейке с поворотом кругом; прыжки из обруча в обруч; Метание в вертикальную цель правой и левой рукой Вис на гим. стенке	Ходьба по ограниченной поверхности с перебрасыванием малого мяча перед собой. Пролезание в обруч боком. Отбивание мяча одной рукой. Прыжки в высоту. Отжимание	Ходьба по скамейке спиной вперед. Прыжки через скамейку Метание вдаль набивного мяча. Ползание по туннелю. Прокатывание обруча друг другу.	Ходьба по скамейке с мешочком на голове Перебрасывание мяча за спиной и ловля его двумя руками. Лазание по гим. стенке с переходом на другой пролет. Прыжки через длинную скакалку.
Подвижные игры	Эстафеты Светофор	Полет	Эстафета «Дружба»	«Ловишка с ленточками»
Малоподвижные игры	Регулировщик	Кто на чем летит	Изобрази животного	Веселая зарядка

Май

неделя дата	1-я неделя	2-я неделя	3-я неделя	4-я неделя	
ТЕМА	День Победы	Цветущая весна. Насекомые.	Неделя культуры	Я вырасту здоровым!	
задачи	. Учить ползать по скамейке на животе и на спине, подтягиваясь руками, подбрасывать мяч вверх и ловить двумя руками, ходить выпадами, бегать мелким и широким шагом, Учить лазать по канату, выполнять элементы игры в бадминтон, Учить метать мешочек в горизонтальную цель снизу правой и левой рукой, Прыгать с высоты с поворотом, прыгать через обруч				
Вводная часть	Ходьба и бег парами, бег змейкой; на носках в чередовании с ходьбой, с изменением направления движения, высоко поднимая колени; широким шагом; с перекатом с пятки на носок; на низких четвереньках спиной вперед.				
ОРУ	С обручем №32	С обручем №33	С эспандером №34,	С эспандером №35	
2-я часть ОВД	Ходьба по скамейке с мешочком на голове. Прыжки в длину с разбега Метание набивного мяча. Ходьба по гим. скамейке спиной к ней.	Ходьба по скамейке, перешагивая через мячи. Ползание по гимнастической скамейке на животе, подтягиваясь двумя руками. Перебрасывание мяча друг другу. Прыжки «Кто быстрее до предмета» дети зажимают мяч между ног и прыгают на двух ногах до предмета и обратно.	Метание в горизонтальную цель Бег 10м., 30м. Прыжки в длину с места.	Метание набивного мяча Прыжки через скакалку Отбивание мяча Бег на выносливость 300м..	
Подвижные игры	«Разведчики», «Парашют»	«Медведь и пчелы», «Паук и мухи»	Успей выбежать стр 90 Желобкович	«Силачи».	«Бабка
Малоподвижные игры	«Меткие стрелки»	Игровое упражнение «Муравьи»	Низко – высоко	Угадай вид спорта	

Май

Темы Этапы занятия	1 - неделя «День Победы»»	- 2-я неделя Весна цветущая. Насекомые	3-я неделя «Неделя Культуры»	4-я/5 -я неделя Я вырасту здоровым
Планируемые результаты развития интегративных качеств: умеет ходить прямо, не шаркая ногами, сохраняя заданное направление, сохраняет равновесие при ходьбе и беге по ограниченной плоскости, может бросать мяч и ловить двумя руками, владеет соответствующими возрасту основными движениями, готов соблюдать элементарные правила в совместных играх, интересуется предметами ближайшего окружения, их назначением, свойствами, обращается по имени и отчеству.				
Вводная часть	Ходьба и бег: по кругу, взявшись за руки; врассыпную, с изменением направления; с остановкой по сигналу с заданием; с перестроением в три звена, перестроением в пары; врассыпную между предметами, не задевая их			
ОРУ	Без предметов №33 стр. 137	С кубиками №34 стр. 140	Без предметов №35 стр. 145	С платочками с148
Основные виды движений	1.упражнения в сохранении равновесия (ходьба боком приставным шагом, по гимнастической скамейке (высота 25 см.)); 2. прыжки на двух ногах через шнуры «Через канавку».	1. прыжки из кружка в кружок с приземлением на полусогнутые ноги; 2. прокатывание мячей «Точный пас»	1. бросание мяча вверх и ловля его двумя руками; 2. ползание по гимнастической скамейке «Медвежата».	1. ползание на четвереньках между предметами (расстояние между ними 1 м.), не задевая их. 2. упражнение в сохранении равновесии «По мостику» (ходьба по гимнастической скамейке свободно балансируя руками.

Подвижные игры	«Тишина»	«Поймай комара»	«Мы потопаем ногами»	«Чистюли»
Малоподвиж- ные игры	«Салют»	Кузнечик	Ходьба в колонне по одному	«Узнай по голосу»

III. Организационный раздел
3.1. Описание материально – технического обеспечения области
«Физическое развитие»

Тип оборудования	Наименование оборудования	Количество
<i>Для ходьбы, бега, равновесия</i>	Балансиры разного типа Бревно гимнастическое Доска гладкая с зацепами Доска ребристая Дорожка-змейка (канат) Дорожка со следочками Коврик массажный Куб деревянный малый Модуль мягкий Скамейка гимнастическая	2 2 2 2 1 1 1 2 1 2
<i>Для прыжков</i>	Мат гимнастический Батут Палки гимнастические Конус с отверстиями Скакалки Обручи	2-4 1 На группу 4 На группу На группу
<i>Для метания, катания, ловли</i>	Кегли Кольцесброс Мешочек с грузом Мишень навесная Мяч средний Мяч набивной Мяч для мини баскетбола Мяч для массажа Корзина для метания Шарики пластмассовые Обручи	На группу 2 набора На группу 4 На группу 5 На подгруппу На группу 4 На подгруппу На подгруппу
<i>Для лазания, подлезания</i>	Стенка гимнастическая деревянная Дуга большая Дуга малая Канат с узлами Канат гладкий Лесенка-стремянка Лестница веревочная	4-6 пролетов 4 4 2 2 1 1 1
<i>Для общеразвивающих упражнений</i>	Тренажеры простейшего типа: детские эспандеры Диски здоровья Гантели	На группу На группу На группу На группу

	Кольцо плоское Лента короткая Мяч малый резиновый Мяч массажный Кубики Скакалки Обруч малый Палка гимнастическая	На группу На группу На группу На группу На группу На группу На группу На группу
--	---	--

3.2. Двигательный режим дошкольника

Двигательный режим в детском саду включает всю динамическую деятельность, как организованную, так и самостоятельную, подобранную с учетом возрастных и индивидуальных особенностей.

Компоненты	Особенности организации
<i>Физкультурно-оздоровительная деятельность</i>	
Утренняя гимнастика	Ежедневно, длительность 10 мин.
Оздоровительный бег	2 раза в неделю
Физкультминутки	Ежедневно 5-7 минут
Подвижные игры на прогулке	Ежедневно 20-25 мин.
Индивидуальная работа по развитию движений	По мере необходимости
Гимнастика после сна	Ежедневно 10 мин.
<i>Образовательная деятельность</i>	
По физической культуре	2 раза в неделю 15 мин. Младшие гр 2 раза в неделю 20 мин. Средние гр 2 раза в неделю 25 мин. Старшие гр 1 раз на прогулке 25 мин. Старшие гр
<i>Самостоятельная деятельность</i>	
Самостоятельная двигательная деятельность	Ежедневно 25-30 мин
<i>Физкультурно-оздоровительная с семьями воспитанников</i>	
Участие родителей в мероприятиях физкультурно-оздоровительной направленности	

3.3. Организация ОД

Дни недели	Вид деятельности	Время	группа
------------	------------------	-------	--------

Понедельник	Занятие	9.00-9.25	группа № 7
	Занятие	9.30-9.50	№9
	Занятие	9.55-10.10	№6
	занятие	11.00 - 11.30	№13
	занятие	15.50 -16.20	№14
Вторник	Занятие	9.00-9.20	№2
	Занятие	9.25-9.40	№3
	Занятие	9.45 -10.10	№12
	занятие	10.20-10.50	№11
	занятие	11.00 -11.25	№8 на улице
Среда	Занятие	9.00-9.20-	№ 9 ф/м
	Занятие	9.30- 9.55	№ 7
	Занятие	10.00 - 10.25	№ 10
	занятие	10.30 -11.00-	№14на улице-
	занятие	11.05 -11.35	№ 13 на улице
		15.50-16.15	№12 на улице
Четверг	Занятие	9.00-9.30 –	№ 8
	Занятие	9.35-9.55	№ 2
	Занятие	10.00-10.30	№ 14
	занятие	11.25 – 11.50	№7
	занятие	15.50 -16.15	№12
Пятница	Занятие	9.00-9.30 -	№ 8 ф/м
	Занятие	9.35- 9.55	№ 2 (сами)
	Занятие	10.00 -10.25	№9 (сами)
	занятие	10.30-11.00	№13ф/м
	занятие		

		11.05 – 11.30	№10 на улице
--	--	---------------	--------------

3.4. Циклограмма рабочего времени

Дни недели	Вид деятельности, время проведения
Понедельник 7.45 -16.30	<p>7.55-8.45- утренняя гимнастика в старших и подготовительных группах</p> <p>8.45-9.00- взаимодействие с родителями, подготовка к НОД</p> <p>9.00-9.25- старшая группа № 7 ф/м</p> <p>9.30-9.50 - №9 средняя</p> <p>9.55-10.10- № 6 группа средняя</p> <p>11.00 - 11.30 - №13 подготовительная группа</p> <p>11.35 -11.55- - Индивидуальная работа с детьми на улице.</p> <p>12.00- 12.30 – ремонт и изготовление инвентаря</p> <p>12.45-14.00 - перерыв</p> <p>14.00-15.00- взаимодействие с педагогами.</p> <p>15.00-15.30- работа с документами.</p> <p>15.50 -16.20 подготовительная группа № 14 под музыку</p>
Вторник 7.45-15.15	<p>7.55-8.45- утренняя гимнастика в старших и подготовительных группах</p> <p>8.45-9.00 – подготовка к занятию</p> <p>9.00-9.20 – ф/м средняя группа № 2</p> <p>9.25- 9.40- группа №3 младшая</p> <p>9.45 -10.10- группа №12 старшая</p> <p>10.20-10.50 – подготовительная группа №11</p>

	<p>11.00 -11.25 - подготовительная группа №8 на улице</p> <p>11.30- 12.25- индивидуальная работа с детьми на улице</p> <p>12.30-12.45- ремонт и изготовления инвентаря</p> <p>12.45 -15.00 –взаимодействие с педагогами (консультации, собеседования и.т.д)</p> <p>15.30- 16.00 - кружок ОФП</p>
<p>Среда</p> <p>7.45-16.30</p>	<p>7.55-8.45- утренняя гимнастика в старших и подготовительных группах</p> <p>9.00-9.20- № 9 ф/м</p> <p>9.30- 9.55- старшая группа № 7</p> <p>10.00 - 10.25 № 10</p> <p>10.30 -11.00- №14на улице</p> <p>11.05 -11.35 -№ 13 на улице</p> <p>11.40 – 12.00 - индивидуальная работа с детьми на улице</p> <p>12.00- 12.45- работа с документами</p> <p>12.45 - 14.00- перерыв</p> <p>14.00-15.30– ремонт и изготовления инвентаря</p> <p>15.30- 16.50 - Индивидуальная работа с детьми в зале по степ аэробике</p> <p>15.50-16.15 – №12 на улице</p>
<p>Четверг</p> <p>7.45 -16.30</p>	<p>7.55-8.45- утренняя гимнастика в старших и подготовительных группах</p> <p>8.45 - 9.00-взаимодействие с родителями</p> <p>9.00-9.30 –подготовительная группа № 8</p> <p>9.35-9.55 –средняя группа № 2</p> <p>10.00-10.30 – подготовительная группа № 14</p> <p>11.25 – 11.50-старшая группа № 7 на улице</p> <p>11.55 - 12.20 - индивидуальная работа с детьми на улице</p>

	12.20 -12.45- оснащение пед. процесса 12.45 - 14.00- перерыв 14.00 -15.45 - – ремонт и изготовления инвентаря, работа с документацией. 15.50 -16.15 – ф/м старшая группа №12
Пятница 7.45-16.30	7.55-8.45- утренняя гимнастика в старших и подготовительных группах 8.40-9.00- взаимодействие с родителями 9.00-9.30 - № 8 ф/м 9.35- 9.55 - № 2 (сами) 10.00 -10.25 - средняя группа №9 (сами) 10.30-11.00- подготовительная группа №13ф/м 11.05 – 11.30 – №10 на улице 11.30.- 12.20 - Индивидуальная работа с детьми на улице 12.30 - 12.45 - оснащение пед. процесса 12.45- 14.00 – перерыв 14.00 – 15.40 - ремонт и изготовления инвентаря, работа с документацией. 15.50. – 16.20 – №11 на улице

3.5 Перечень методических материалов

Образовательная область «Физическое развитие»

- 1.Кудрявцев В.Т. Оздоровление и физическое развитие дошкольного возраста: методическое пособие.
- 2.Галанов А.С. Подвижные игры для детей старшего дошкольного возраста. Методическое пособие для воспитателя. 1. Физкультурные занятия в детском саду. Желобкович Е.Ф. – М.: «Скрипторий 2003»;
3. Двигательная активность ребенка в д/с. М.А. Рунова Москва 2004 год;
4. Веселая физкультура для детей и их родителей. О.Б. Казина Ярославль 2005 год;
5. Играйте на здоровье. Л.Н.Волошина Москва 2004 год;
6. Игры на свежем воздухе. В.В.Маркевич Минск 2004 год;

7. Физкультурные праздники в д/с. Н.Луконина., Л. Чадова Москва 2004 год;
8. Быть здоровыми хотим. М.Ю. Картушина. Москва 2004 год;
9. Здоровый ребенок. М.Д. Моханева Москва 2004 год;
10. Дифференцированные занятия по физической культуре с детьми 5-7 лет. М.А. Рунова Москва 2005;
11. Подвижные тематические игры для дошкольников. Т.В. Лисина, Г.В. Морозова. – М.: Сфера, 2016.
12. Здоровый малыш. З.И. Береснева. Москва 2004 год;
13. Нетрадиционные занятия физкультурой в ДОУ. Н.С. Галицына Москва 2004 год;
14. Беседы о здоровье. Т.А. Шорыгина Москва 2004 год;
15. Необычные физкультурные занятия для дошкольников. Е.И. Подольская. – Волгоград: Учитель, 2010.
16. Сценарии оздоровительных досугов для детей 6-7 лет М.Ю. Картушина Москва 2004 год;
17. Организация занятий фитнесом в системе дошкольного образования: учеб. - метод. пособие. М.М. Борисова. – Москва: Обруч, 2014.
18. Спортивные мероприятия для дошкольников : 4-7 лет. – М.: ВАКО, 2007.
19. Сказочный театр физической культуры. Н.А. Фомина., Г.А. Зайцева Волгоград 2003 год;
20. Растем здоровыми. В.А. Доскин., Л.Г. Голубева Москва 2002 год;
21. Праздники в детском саду. А.Ю. Добришева., В.Н. Куров Ярославль 2000 год;
22. Игры, которые лечат. А.С. Галанов Москва 2004 год;
23. Физкультурная минутка. Е.А. Каралашвили Москва 2003 год;
24. Физкультура для малышей. Е.А. Синкевич., Т.В. Большева. Санкт-Петербург 2003 год;
25. Физкультура – это радость. Л.Н. Сивачева Санкт-Петербург 2003 год;
26. Сценарии оздоровительных досугов для детей 4-5 лет. М.Ю. Картушина Москва 2005 год;
27. Детский сад и семья как единое здоровьесберегающее пространство: учебно-методическое пособие. Н.А. Соловова, Н.В. Кузьмина, Е.М. Гурташева.
28. Занимательная физкультура в детском саду. К.К. Утробина Москва 2004;
29. Система организации физкультурно-оздоровительной работы с дошкольниками. Е.Н. Борисова Панорама. Глобус 2007 год;
30. Конспекты и сценарии занятий по физической культуре для дошкольников. Н.Б. Муллаева С. Петербург. Детство-Пресс 2006 год;
31. Физкультурно-оздоровительная работа в ДОУ. О.Н. Моргунова. Воронеж 2007 год;
32. Физкультурно-оздоровительные занятия с детьми 5-7 лет. Е.Н. Вареник. Москва 2006 год;

33. Физкульт-привет минуткам и паузам. Е.Г. Сайкина., Ж.Е. Фирилева. Санкт-Петербург. Детство- Пресс 2006 год; У

Наглядно-дидактические пособия.

Серия «Мир в картинках»: «Спортивный инвентарь». Серия «Рассказы по картинкам»: «Зимние виды спорта»; «Летние виды спорта»; «Распорядок дня». Серия «Расскажите детям о...»: «Расскажите детям о зимних видах спорта»; «Расскажите детям об олимпийских играх»; «Расскажите детям об олимпийских чемпионах».

Плакаты: «Зимние виды спорта»; «Летние виды спорта».