D:\2022-2023\РАБОЧИЕ ПРОГРАММЫ\САЙТ\инстьруктор ФК.tif

**Содержание Программы**

**I. Целевой раздел**

1.Пояснительная записка……………………………………………………………...3

1.1.Цели и задачи реализации рабочей Программы………………………….……..3

1.2.Принципы и подходы к формированию рабочей Программ…………………...5

1.3.Возрастные и индивидуальные особенности детей дошкольного возраста……6

2.Планируемые результаты как целевые ориентиры освоения Программы……...10

3.Часть Программы, формируемая участниками образовательных отношений…18

**II.Содержательный раздел**

2.1.Описание образовательной деятельности по освоению детьми образовательной области «Физическое развитие» …………………………………20

2.2.Формы, способы, методы и средства реализации рабочей программы……….25

2.3.Взаимодействие с семьями воспитанников……………………………………..28

2.4.Часть программы, формируемая участниками образовательных отношений...30

2.5.Перспективный план работы по взаимодействию с родителями……………...32

**III Организационный раздел**

3.1. Перспективное планирование…………………………………………………..37

3.2.Учебный план……………………………………………………………………129

3.3.Схема организации организованной образовательной деятельности………129

3.4.Модель режима двигательной активности…………………………………….130

3.5.Особенности организации развивающей предметно-пространственной среды дошкольного учреждения………………………….………………………………..134

3.6.Циклограмма деятельности инструктора по физической культуре на учебный год…………………………………………………………………………………….135

3.7 . Особенности традиционных событий, праздников, мероприятий………….148

3.8. Описание материально-технического обеспечения РП инструктора по физической культуре………………………………………………………….....….150

3.9.Методическое обеспечение образовательной области «Физическое развитие»……………………………………………………………………………..152

**I. Целевой раздел**

**1. Пояснительная записка**

Рабочая программа (далее-Программа) разработана инструктором по физической культуре с учетом Основной общеобразовательной программы дошкольного образования муниципального бюджетного дошкольного образовательного учреждения «Детский сад с.Кустовое» Яковлевского городского округа» (далее-МБДОУ «Детский сад с.Кустовое». Рабочая программа разработана на основании следующего нормативно – правового обеспечения:

Конвенцией ООН о правах ребёнка;

- Конвенцией ООН о правах инвалидов;

- Конституцией Российской Федерации;

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

- Федеральным законом от 24.11.1995 г. №181-ФЗ "О социальной защите инвалидов в Российской Федерации";

- Федеральным законом от 24.07.1998г. №124-ФЗ "Об основных гарантиях прав ребёнка в Российской Федерации";

- Приказом Министерства образования и науки РФ от 17 октября 2013 года №1155 «Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта дошкольного образования»;

- Приказ Министерства образования и науки РФ от 30 августа 2013 года №1014 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по основным общеобразовательным программам - образовательным программам дошкольного образования»;

- Приказом Минтруда России от 18.10.2013г. №554п "Об утверждении профессионального стандарта "Педагог (педагогическая деятельность в сфере дошкольного, начального общего, основного общего среднего общего образования) (воспитатель, учитель);

- Приказом Минтруда России от 18.08.2015 г. №514 н «Об утверждении профессионального стандарта «Педагог – психолог (психолог в сфере образования);

- Приказом департамента образования Белгородской области от 18.08.2016г. № 2678 "Об утверждении положения об обеспечении прав на дошкольное образование детей-инвалидов и детей с ОВЗ в Белгородской области".

- приказом Министерства просвещения России от 31.07.2020 года № 373 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по основным общеобразовательным программам – образовательным программам дошкольного образования»;

- постановлением Главного государственного санитарного врача РФ от 28.09.2020 г. № 28 «Об утверждении Санитарных правил СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организации воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи»;

- постановлением Главного государственного санитарного врача РФ от 27.10.2020 г. № 32 «Об утверждении Санитарно-эпидемиологических правил и норм СанПиН 2.3/2.4.3590-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организации общественного питания населения».

- Уставом МБДОУ и иными локальными актами.

Программа определяет цель, задачи, планируемые результаты и отражает особенности содержания и организации образовательного процесса инструктора по физической культуре по образовательной области «Физическое развитие».

Программа определяет содержание и организацию образовательной деятельности на уровне дошкольного образования, сформирована как программа психолого-педагогической поддержки, позитивной социализации и индивидуализации, развития личности детей дошкольного возраста и определяет комплекс основных характеристик дошкольного образования (объём, содержание и планируемые результаты в виде целевых ориентиров дошкольного образования) в образовательной деятельности ДОУ.

За основу рабочей программы взяты методические разработки:

Л.И. Пензулаевой «Физкультурные занятия в детском саду». Она не противоречит с задачами образовательной программы «От рождения до школы» под редакцией Н.Е. Веракса, Т.С.Комаровой, М.А.Васильевой, в которой прописан раздел по физическому воспитанию детей и приобщения их к здоровому образу жизни.

Часть, формируемая участниками образовательных отношений, разработана с учётом Программы «Выходи играть во двор» Физическое воспитание детей 3-7 лет. Л.Н.Волошиной, которая обеспечивает реализацию регионального компонента «Физическое развитие дошкольников» от 3 до 7 лет.

Срок реализации рабочей программы - 1 год (2022-2023 год).

**1.1.Цели и задачи реализации рабочей программы**

**Цель:** формирования у детей интереса и ценностного отношения к занятиям физической культурой, гармоничное физическое развитие через решение следующих специфических задач:

– развитие физических качеств (скоростных, силовых, гибкости, выносливости и координации);

– накопление и обогащение двигательного опыта детей (овладение основными движениями);

– формирование у воспитанников потребности в двигательной активности и физическом совершенствовании. Формирование начальных представлений о здоровом образе жизни.

**Задачи:**

Формирование у детей начальных представлений о здоровом образе жизни.

Физическая культура. Сохранение, укрепление и охрана здоровья детей; повышение умственной и физической работоспособности, предупреждение утомления.

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

Формирование потребности в ежедневной двигательной деятельности.

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

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

В процессе образовательной деятельности по физическому развитию следует обращать внимание на одновременное решение задач других образовательных областей:

Образовательная область «Физическое развитие» интегрирует с образовательными областями «Социально-коммуникативное развитие», «Познавательное развитие», «Речевое развитие», «Художественно – эстетическое развитие».

• «Познавательное развитие». Активизация мышления детей (через самостоятельный выбор игры, оборудования, пересчет мячей и пр.), специальные упражнения на ориентировку в пространстве, подвижные игры и упражнения, закрепляющие знания об окружающем (имитация движений животных, труда взрослых), построение конструкций для подвижных игр и упражнений (из мягких блоков, спортивного оборудования), просмотр и обсуждение познавательных книг, фильмов о спорте, спортсменах, здоровом образе жизни

• «Социально – коммуникативное развитие». Формирование навыков безопасного поведения в подвижных и спортивных играх, при пользовании спортивным инвентарем;

- создание на физкультурных занятиях педагогических ситуаций и ситуаций морального выбора, развитие нравственных качеств, поощрение проявлений смелости, находчивости, взаимовыручки, выдержки и пр., побуждение детей к самооценке и оценке действий и поведения сверстников;

- участие детей в расстановке и уборке физкультурного инвентаря и оборудования;

-проговаривание действий и называние упражнений, поощрение речевой активности детей в процессе двигательной деятельности, обсуждение пользы закаливания и занятий физической культурой.

• «Речевое развитие». Игры и упражнения под тексты стихотворений, потешек, считалок; сюжетные физкультурные занятия на темы прочитанных сказок, потешек.

•«Художественно-эстетическое». Привлечение внимания дошкольников к эстетической стороне внешнего вида детей и воспитателя, оформления помещения; использование на занятиях физкультурой изготовленных детьми элементарных физкультурных пособий (флажки, картинки, мишени для метания), рисование мелом разметки для подвижных игр.

Работа по физической культуре проводится через игровую и двигательную виды деятельности, соответствующие возрастным и психофизиологическим особенностям каждого ребенка.

**1.2**. **Принципы и подходы к формированию рабочей программы**

Данная рабочая программа:

• соответствует принципу развивающего образования, целью которого является развитие ребенка;

• сочетает принципы научной обоснованности и практической применимости (содержание Программы соответствует основным положениям возрастной психологии и дошкольной педагогики и, как показывает опыт, может быть успешно реализована в массовой практике дошкольного образования);

• соответствует критериям полноты, необходимости и достаточности (позволяя решать поставленные цели и задачи при использовании разумного «минимума» материала);

• обеспечивает единство воспитательных, развивающих и обучающих целей и задач процесса образования детей дошкольного возраста, в ходе реализации которых формируются такие качества, которые являются ключевыми в развитии дошкольников;

• строится с учетом принципа интеграции образовательных областей

в соответствии с возрастными возможностями и особенностями детей, спецификой и возможностями образовательных областей;

• основывается на комплексно-тематическом принципе построения образовательного процесса;

• предусматривает решение программных образовательных задач в совместной деятельности взрослого и детей и самостоятельной деятельности дошкольников не только в рамках непосредственно образовательной деятельности, но и при проведении режимных моментов в соответствии со спецификой дошкольного образования;

• предполагает построение образовательного процесса на адекватных возрасту формах работы с детьми. Основной формой работы с дошкольниками и ведущим видом их деятельности является игра;

• допускает варьирование образовательного процесса в зависимости от региональных особенностей;

• строится с учетом соблюдения преемственности между всеми возрастными дошкольными группами и между детским садом и начальной школы.

* **Принципы физического воспитания**

В физическом воспитании наряду с общепедагогическими дидактическими принципами (сознательности и активности, наглядности, доступности и т.д.) имеются специальные, которые выражают специфические закономерности физического воспитания:

- всестороннее и гармоничное развитие личности;

- связь физической культуры с жизнью;

- оздоровительная направленность физического воспитания;

- непрерывность и систематичность чередования нагрузок и отдыха;

- постепенность наращивания развивающих, тренирующих воздействий;

- цикличное построение занятий;

- возрастная адекватность направлений физического воспитания.

**1.3. Возрастные и индивидуальные особенности детей дошкольного возраста (от 3 лет до 7 лет)**

**Особенности физического развития детей 2-3 лет**

В младшем дошкольном возрасте дети наиболее подвижны их движения хаотично и не координированы. Задача физического воспитания в этом возрасте - развить у детей интерес к процессу движения. Главным направлением работы является создание условий для творческого освоения эталонов движения детьми в различных ситуациях. Большинство занятий направлено на освоение основных движений: ходьба, бега, прыжков, лазания, ловли и броски мяча, равновесию. Основные движения тесно сочетаются с подвижными играми. Эффективным приемом является описание воображаемой ситуации, в которой задействован известный персонаж «Зайка серенький сидит». Широко используется в занятиях упражнения на подражания, птичка летает, зайчик скачет. Все это создает благоприятные условия для развития двигательных навыков и физических качеств. При обучении детей младшего дошкольного возраста плаванию большое внимание уделяется начальному этапу формирования правильных навыков. Это связано с тем, что первоначально созданные и закреплённые, они не разрушаются полностью и впоследствии могут снова проявиться.

**Особенности физического развития детей 3-4 лет**

Каждый возрастной период имеет свою определённую специфику развития. Свои особенности и у детей четвертого года жизни.

Показателями физического развития детей являются рост, вес, окружность грудной клетки, состояние костной и мышечной систем, внутренних органов, а также уровень развития моторики.

Быстрота роста на 4-ом году жизни несколько замедляется относительно предыдущего периода - первых трёх лет жизни. Средний рост в этот период 95-99 см.

Рост детей 4 -го года жизни находится в прямой взаимосвязи с основными видами движений - прыжками, бегом, метанием, равновесием. Дети высокого роста по сравнению со своими сверстниками быстро бегают, а невысокого роста делают относительно мелкие шаги, но дополняют их высоким темпом передвижения. Способность к бегу определяется также и другими индивидуальными различиями и координационными возможностями, которые в данной возрастной группе ещё не велики.

Средний вес детей в этом возрасте составляет 16-18 кг.

Общей закономерностью развития опорно-двигательного аппарата в раннем возрасте является его гибкость и эластичность. Физиологические изгибы позвоночника в 3-4 года неустойчивы, кости, и суставы легко подвергаются деформации под влияние неблагоприятных воздействий. Неправильные позы (сведение плеч, опускание одного плеча, опущенная голова) могут стать привычными, и в результате нарушается осанка. А это в свою очередь отрицательно сказывается на функции кровообращения, дыхания.

Здоровье детей, их рост и развитие во многом зависит от питания, поэтому в рационе должны быть и белки, и углеводы, и жиры, и минеральные соли, и витамины, и вода.

Ребёнок в 3-4 года не может сознательно регулировать дыхание и согласовать его с движением. Важно приучать детей дышать носом естественно и без задержки.

Сердечно-сосудистая система по сравнению с органами дыхания лучше приспособлена к потребностям растущего организма. Однако сердце ребёнка работает хорошо лишь при условии посильных нагрузок.

О реакции организма на нагрузку, в частности физическую, судят по внешним признакам утомления: отвлекаемость, общая слабость, одышка, побледнение или покраснение лица и нарушение координации движений.

Развитие высшей нервной деятельности во многом зависит от морфологического развития коры больших полушарий. К трём годам у ребёнка значительно развита способность к анализу, синтезу дифференциации (различению) раздражений окружающей среды.

Внимание у детей 3-4 лет ещё неустойчивое, оно легко нарушается при изменении окружающей обстановки, под влиянием возникающего на эти изменения ориентировочного рефлекса.

Все приобретённые умения на физкультурных занятиях, должны реализовываться в самостоятельной двигательной деятельности детей.

**Особенности физического развития детей 4-5 лет**

* возрасте 4–5 лет у детей происходит дальнейшее изменение и совершенствование структур и функций систем организма. Темп физического развития остается таким же, как и в предыдущий год жизни ребенка.

Прибавка в росте за год составляет 5–7 см, массы тела – 1,5–2 кг. Средний рост 99,7 см—107,5 см. Масса тела (средняя) 15,4 кг-17,5 кг.

Скелет дошкольника отличается гибкостью, так как процесс окостенения еще не закончен. В связи с особенностями развития и строения скелета детям 4–5 лет не рекомендуется предлагать на физкультурных занятиях и в свободной деятельности силовые упражнения. Необходимо также постоянно следить за правильностью принимаемых детьми поз.

* процессе роста и развития разные группы мышц развиваются неравномерно. Так, масса нижних конечностей по отношению к массе тела увеличивается интенсивнее, чем масса верхних конечностей.

Характеристикой функционального созревания мышц служит мышечная выносливость. Считается, что ее увеличение у детей среднего дошкольного возраста наибольшее. Это происходит за счет роста диаметра мышечных волокон и увеличения их числа. Мышечная сила возрастает.

Если у детей 2–3 лет преобладал брюшной тип дыхания, то к 5 годам он начинает заменяться грудным. Это связано с изменением объема грудной клетки. Несколько увеличивается жизненная емкость легких, причем у мальчиков она больше, чем у девочек.

В то же время строение легочной ткани еще не завершено. Носовые и легочные ходы у детей сравнительно узки, что затрудняет поступление воздуха в легкие. Поэтому ни увеличивающаяся к 4–5 годам подвижность грудной клетки, ни более частые, чем у взрослого, дыхательные движения в дискомфортных условиях не могут обеспечить полной потребности ребенка в кислороде.

Регуляция сердечной деятельности к пяти годам окончательно еще не сформирована. В этом возрасте ритм сокращений сердца легко нарушается, поэтому при физической нагрузке сердечная мышца быстро утомляется.

Центральная нервная система является основным регулятором механизмов физиологических и психических процессов.

Нервные процессы – возбуждение и торможение – у ребенка , как и у взрослого, характеризуются тремя основными свойствами: силой, уравновешенностью и подвижностью. К 4–5 годам у ребенка возрастает сила нервных процессов. На пятом году жизни, особенно к концу года, развивается механизм сопоставления слов с соответствующими им раздражителями первой сигнальной системы. Повышается самостоятельность действий, умозаключений. Однако нервные процессы у ребенка еще далеки от совершенства. Преобладает процесс возбуждения.

Вместе с тем именно к пяти годам усиливается эффективность педагогического воздействия, направленного на концентрацию нервных процессов. Поэтому на занятиях и в быту следует предлагать упражнения, совершенствующие реакции ребенка на какой-либо сигнал: вовремя остановиться, изменить направление или темп движения и т. д.

**Особенности физического развития детей 5-6 лет**

Возрастной период 5 до 6 лет называют периодом «первой вытяжки», когда за один год ребёнок может вырасти на 7-10 см. Средний рост ребёнка колеблется около 106-107 см., а масса тела 20-21 кг.

Развитие опорно-двигательной системы (скелет, суставно-связочный аппарат, мускулатура) ребёнка к 5-6 годам ещё не завершено . В этом возрасте сила мышц-сгибателей больше силы мышц-разгибателей, что определяет особенности позы ребёнка: голова слегка наклонена вперёд, живот выпячен, ноги согнуты в коленях. Поэтому здесь огромную роль играют занятия физкультурой, которые дают соответствующую нагрузку.

Медленно развиваются мелкие мышцы кисти. Только к 6-7 годам ребёнок овладевает более сложными и точными движениями кисти и пальцев. Здесь можно посоветовать, как можно больше играть с детьми мячом, лепить пластилином, глиной, рисовать и т. д. Развиваются и сердечно-сосудистая система и дыхательная. Объём лёгких примерно составляет 1500-2200мл., и развивается под влиянием физических нагрузок.

Артериальное давление у детей данного возраста ниже, чем у взрослого человека. А физические нагрузки оказывают тренирующее воздействие на сердечно-сосудистую систему; под влиянием физических нагрузок вначале увеличивается частота пульса, максимальное и минимальное кровяное давление.

По мере тренировки реакция сердечно-сосудистой системы на физические нагрузки меняется, работа сердца становиться более экономичной.

* дошкольников обмен веществ отличается высокой активностью (в 2-2.5 раза больше, чем у взрослого человека). При активной мышечной деятельности энергозатраты возрастают пропорционально интенсивности физических усилий. Полное удовлетворение энергетических запросов детского организма обеспечивается сбалансированным питанием, при котором калорийность пищи полностью соответствует расходу энергии.

Общаясь друг с другом, дети, как правило, стремятся говорить громко. Поэтому необходимо учить детей, разговаривать, не напрягая голосовые связки.

* детей шестого года жизни значительно повышается уровень произвольного управления своим поведением. Умение управлять своим поведением, оказывает воздействие на внимание, память, мышление. Развитию этих свойств способствуют различные задания, поручения, требования.

Интенсивно совершенствуется восприятие.

Формируются и интенсивно развиваются волевые качества у детей, а на их основе появляются новые потребности и интересы.

Всё выше перечисленное необходимо учитывать при воспитании детей шестилетнего возраста.

**Особенности физического развития детей 6-7 лет**

Дети 6 лет активны . Они ум ело пользуются своим двигательным аппаратом. Движения их достаточно координированы и точны. Они умеют их сочетать в зависимости от окружающих условий.

Растут возможности различения пространственного расположения движущихся предметов, в том числе и перемещающегося человеческого тела. Дети могут объяснить, что и как меняется в соотношении частей тела, когда человек бежит, идёт на лыжах , едет на велосипеде и т.п. они различают скорость, направление движения, смену темпа, ритма.

Совершенствуются основные виды движений, ярче проявляются индивидуальные особенности движения, зависящие от телосложения и возможностей ребёнка.

Дети всё чаще руководствуются мотивами достижения хорошего качества движения. Значительно увеличиваются проявления волевых усилий при выполнении трудного задания. Следует учесть, что стремление ребёнка добиться хорошего результата не всегда совпадает с его возможностями, поэтому взрослый должен быть очень внимателен и не допускать перегрузки. Начинается интенсивно развиваться способность целенаправленно совершать движения отдельных частей тела, например ног, головы, кисти и пальцев рук и др. у детей постепенно вырабатывается эстетическое отношение к ритмичным, ловким и грациозным движениям. Дети начинают воспринимать красоту и гармонию движений.

Многих детей привлекает результат движений, возможность помериться силой и ловкостью со сверстниками (особенно у мальчиков). Очень ценно , что дети уже понимают значение упражнения для совершенствования движений. Они целенаправленно повторяют упражнения, проявляя большую выдержку и настойчивость.

Начинают проявляться личные вкусы детей в выборе движения. Одним больше нравится бегать и прыгать, другим - играть с мячом и т. д. нередко детям нравятся те упражнения, которые лучше получаются.

Взрослым необходимо поддерживать индивидуальные интересы детей.

**2. Планируемые результаты как целевые ориентиры освоения Программы**

Специфика дошкольного детства (гибкость, пластичность развития ребенка, высокий разброс вариантов его развития, его непосредственность и непроизвольность) не позволяет требовать от ребенка дошкольного возраста достижения конкретных образовательных результатов и обусловливает необходимость определения результат.

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

Целевые ориентиры, обозначенные в ФГОС ДО, являются общими для всего образовательного пространства Российской Федерации, однако каждая из примерных программ имеет свои отличительные особенности, свои приоритеты, целевые ориентиры, которые не противоречат ФГОС ДО, но могут углублять и дополнять его требования.

Таким образом, целевые ориентиры программы «От рождения до школы» базируются на ФГОС ДО и целях и задачах, обозначенных в пояснительной записке к программе «От рождения до школы», и в той части, которая совпадает со Стандартами, даются по тексту ФГОС.

В программе «От рождения до школы», так же как и в Стандарте, целевые ориентиры даются для детей раннего возраста (на этапе перехода к дошкольному возрасту) и для старшего дошкольного возраста (на этапе завершения дошкольного образования).

Целевые ориентиры образования в младенческом и раннем возрасте:

•У ребенка развита крупная моторика, он стремится осваивать различные виды движений (бег, лазанье, перешагивание и пр.).

•С интересом участвует в подвижных играх с простым содержанием, несложными движениями.

Целевые ориентиры на этапе завершения дошкольного образования:

•У ребенка развита крупная и мелкая моторика; он подвижен, вынослив, владеет основными движениями, может контролировать свои движения и управлять ими.

• Имеет начальные представления о здоровом образе жизни. Воспринимает здоровый образ жизни как ценность.

**2-3 года**

2,5 года — подпрыгивает, одновременно отрывая от земли обе ноги, с поддержкой; перешагивает через несколько препятствий; нагибается за предметом.

3 года — поднимается вверх по лестнице в 10 ступеней высотой 12-15 см, поочередно ставя ноги на каждую ступеньку; подпрыгивает на обеих ногах без поддержки; стоит на одной ноге в течение 10с; уверенно бегает; может ездить на трехколесном велосипеде. Умеет ходить и бегать, не наталкиваясь на других детей. Может прыгать на двух ногах на месте, с продвижением вперед и т. д. Умеет брать, держать, переносить, класть, бросать, катать мяч. Умеет ползать, подлезать под натянутую веревку, перелезать через бревно, лежащее на полу.

Имеет первичные представления о себе: знает свое имя, свой пол, имена членов своей семьи.

Имеет первичные представления о себе как о человеке, знает названия основных частей тела, их функции.

Проявляет умения самостоятельно решать задачи, связанные с поддержанием и укреплением здоровья (с удовольствием делает зарядку, ленивую гимнастику).

**3-4 года**

Владеет соответствующими возрасту основными движениями.

Сформирована потребность в двигательной активности: проявляет положительные эмоции при физической активности, в самостоятельной двигательной деятельности.

Проявляет интерес к участию в совместных играх и физических упражнениях.

Пользуется физкультурным оборудованием вне занятий (в свободное время).

Самостоятельно выполняет доступные возрасту гигиенические процедуры.

Самостоятельно или после напоминания взрослого соблюдает элементарные правила поведения во время еды, умывания.

Умеет ходить прямо, не шаркая ногами, сохраняя заданное воспитателем направление.

Умеет бегать, сохраняя равновесие, изменяя направление, темп бега в соответствии с указаниями воспитателя.

Сохраняет равновесие при ходьбе и беге по ограниченной плоскости, при перешагивании через предметы.

Может ползать на четвереньках, лазать по лесенке-стремянке, гимнастической стенке произвольным способом.

Энергично отталкивается в прыжках на двух ногах, прыгает в длину с места не менее чем на 40 см.

Может катать мяч в заданном направлении с расстояния 1,5 м, бросать мяч двумя руками от груди, из-за головы; ударять мячом об пол, бросать его вверх 2-3 раза подряд и ловить; метать предметы правой и левой рукой на расстояние не менее 5 м.

Имеет элементарные представления о ценности здоровья, пользе закаливания, необходимости соблюдения правил гигиены в повседневной жизни.

Проявляет умения самостоятельно решать задачи, связанные с поддержанием и укреплением здоровья (здоровьесберегающая модель поведения)

С удовольствием делает зарядку, ленивую гимнастику.

Имеет представление о вредных и полезных продуктах.

**4-5 лет**

Владеет соответствующими возрасту основными движениями.

Сформирована потребность в двигательной активности: проявляет положительные эмоции при физической активности, в самостоятельной двигательной деятельности.

Проявляет интерес к участию в совместных играх и физических упражнениях.

Пользуется физкультурным оборудованием вне занятий (в свободное время).

Принимает правильное исходное положение при метании; может метать предметы разными способами правой и левой рукой; отбивает мяч о землю (пол) не менее 5 раз подряд.

Может ловить мяч кистями рук с расстояния до 1,5 м.

Умеет строиться в колонну по одному, парами, в круг, шеренгу.

Может скользить самостоятельно по ледяным дорожкам (длина 5 м).

Ходит па лыжах скользящим шагом на расстояние до 500 м, выполняет поворот переступанием, поднимается на горку.

Ориентируется в пространстве, находит левую и правую стороны.

Выполняет упражнения, демонстрируя выразительность, грациозность, пластичность движений.

Имеет элементарные представления о ценности здоровья, пользе закаливания, необходимости соблюдения правил гигиены в повседневной жизни.

Проявляет умения самостоятельно решать задачи, связанные с поддержанием и укреплением здоровья (здоровьесберегающая модель поведения)

С удовольствием делает зарядку, ленивую гимнастику.

Имеет представление о вредных и полезных продуктах.

**5-6 лет**

Владеет соответствующими возрасту основными движениями.

Сформирована потребность в двигательной активности: проявляет положительные эмоции при физической активности, в самостоятельной двигательной деятельности.

Проявляет интерес к участию в совместных играх и физических упражнениях.

Проявляет желание участвовать в играх с элементами соревнования, в играх-эстафетах.

Умеет ходить и бегать легко, ритмично, сохраняя правильную осанку, направление и темп.

Умеет 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

Умеет метать предметы правой и левой рукой на расстояние 5-9 м, в вертикальную и горизонтальную цель с расстояния 3-4 м, сочетать замах с броском, бросать мяч вверх, о землю и ловить его одной рукой, отбивать мяч на месте не менее 10 раз, в ходьбе (расстояние 6 м).

Владеет школой мяча.

Выполняет упражнения на статическое и динамическое равновесие.

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

Участвует в упражнениях с элементами спортивных игр: городки, бадминтон, футбол, хоккей.

Имеет элементарные представления о ценности здоровья, пользе закаливания, необходимости соблюдения правил гигиены в повседневной жизни. Знает о пользе утренней зарядки, физических упражнений.

Имеет начальные представления о составляющих (важных компонентах) здорового образа жизни (правильное питание, движение, сон) и факторах, разрушающих здоровье.

Знает о значении для здоровья человека ежедневной утренней гимнастики, закаливания организма, соблюдения режима дня.

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

Начинает проявлять умение заботиться о своем здоровье.

Имеет представление о вредных и полезных продуктах.

**6-7 лет**

Сформированы основные физические качества и потребность в двигательной активности.

В свободное время в группе и на прогулке ребенок организует подвижные игры с другими детьми.

Движения ребенка в подвижных играх, беге и ходьбе уверенные, и ловкие.

При выполнении коллективных заданий опережает средний темп.

Утомляется незначительно на занятиях, требующих концентрации внимания и усидчивости.

Умело действует двумя руками при выполнении с несколькими предметами (бытовые действия, одевание, конструирование, лепка).

Умеет ходить и бегать легко, ритмично, сохраняя правильную осанку, направление и темп.

Выполняет правильно все виды основных движений (ходьба, бег, прыжки, метание, лазанье).

Может прыгать на мягкое покрытие с высоты до 40 см; мягко приземляться, прыгать в длину с места на расстояние не менее 100 см, с разбега — 180 см; в высоту с разбега—не менее 50 см; прыгать через короткую и длинную скакалку разными способами.

Может перебрасывать набивные мячи (вес 1 кг).

Бросать предметы в цель из разных исходных положений, попадать в вертикальную и горизонтальную цель с расстояния -5 м.

Метать предметы правой и левой рукой на расстояние 5-12 м, метать предметы в движущуюся цель.

Умеет перестраиваться в 3-4 колонны. Умеет перестраиваться в 2-3 круга на ходу.

Умеет перестраиваться в две шеренги после расчета на «первый-второй», соблюдать интервалы во время передвижения.

Участвует в играх с элементами спорта (городки, бадминтон, баскетбол, футбол, хоккей, настольный теннис).

Самостоятельно без напоминаний выполняет доступные возрасту гигиенические процедуры, соблюдает элементарные правила здорового образа жизни.

Знает о пользе утренней зарядки, физических упражнений. Всегда следит за правильной осанкой. Имеет сформированные представления о здоровом образе жизни (об особенностях строения и функциями организма человека).

Имеет представления и может высказаться о важности соблюдения режима дня, стремится соблюдать его.

Имеет представления о рациональном и правильном питании, стремиться правильно питаться.

Имеет представления о значении двигательной активности на свежем воздухе в жизни человека, о пользе и видах закаливающих процедур, о роли солнечного света, воздуха, воды и их влиянии на здоровье.

**3. Часть программы, формируемая участником образовательных отношений**

**Парциальная программа« Выходи играть во двор!»**

Парциальная программа «Выходи играть во двор» разработана в рамках проекта «Дошкольник Белогорья», соответствует задачам ФГОС ДО (образовательная область «Физическое развитие») и рекомендована кафедрой дошкольного и начального образования БелИРО НИУ БелГУ.

Актуальность программы повышается из-за перенасыщенности современного ребенка информацией: телевидение, радио, видео, интернет. В перевес этому ставим игры, которые требуют активных действий от каждого ребенка и приучают преодолевать трудности, обеспечивают непосредственное взаимодействие между детьми.

Образовательная деятельность 1 раз в неделю проводится в соответствии с программой «Выходи играть во двор!» (автор: Волошина Л.Н. и является дополнением к программе «От рождения до школы» под редакцией Н.Е.Вераксы, Т.С.Комаровой, М.А.Васильевой образовательной области «Физическое развитие».

Образовательная деятельность осуществляется в совместной деятельности взрослого и детей в процессе организации различных видов деятельности, в образовательной деятельности в ходе режимных моментов, в самостоятельной деятельности, как в первой, так и во второй половине дня.

**Цель программы:**

- обеспечение равных возможностей для полноценного физического развития ребенка в период дошкольного детства с учетом интересов, потребностей детей и их родителей, специфики национальных и социокультурных условий, спортивных традиций региона.

**Задачи:**

-формирование устойчивого интереса к подвижным народным играм, играм с элементами спорта, спортивным упражнениям, желания использовать их в самостоятельной двигательной деятельности;

- обогащение двигательного опыта дошкольников новыми двигательными действиями;

- закрепление техники выполнения основных движений, ОРУ, элементов спортивных игр;

- содействие развитию двигательных способностей детей: ловкости, быстроты, гибкости, силы, выносливости;

- воспитание положительных нравственно-волевых качеств;

- формирование культуры здоровья.

В структуре парциальной программы в соответствии с ФГОС дошкольного образования выделено три раздела (целевой, содержательный, организационный). Определены задачи, содержание и ожидаемые результаты в реализации вариативной части образовательной области «Физическое развитие». Так же раскрыты особенности организации физкультурных занятий на открытом воздухе в разных возрастных группах.

В содержательном разделе парциальной программы выделено

**четыре самостоятельных модуля:**

**Модуль 1 «Осень золотая»**

Тема №1 «Любимые игры бабушек и дедушек»

Тема №2 «Городки − игра народная»

Тема №3 «Шишки, желуди, каштаны»

**Модуль 2 «Зимние забавы»**

Тема №1 «Мы хоккеисты»

Тема №2 «Для зимы привычны санки»

Тема №3 «Зима пришла, вставай на лыжи»

**Модуль 3 «Приди, весна красавица»**

Тема №1 «Игры родного края»

Тема №2 «Мой веселый, звонкий мяч»

**Модуль 4 «Лето красное»**

Тема №1 «Летающий воланчик»

Тема №2 «Веселые капельки»

Тема №3 «Прыгалки, скакалки»

**Принципы работы:**

-общедидактические принципы и ведущие положения дошкольной педагогики, психологии, теории и методики физического воспитания и развития при построении воспитательного-образовательного процесса;

-комплексный подход к отбору программного содержания и методики проведения занятий по физической культуре, а также приемов руководства как организованной, так и самостоятельной двигательной деятельностью;

-максимальная вариативность использования предложенного содержания (на физкультурных занятиях, в индивидуальной работе, самостоятельной двигательной деятельности).

Занятия по Программе проводятся на свежем воздухе в игровой форме 1 раз в неделю в соответствии с расписанием и планом.

**Предполагаемый результат:**

ребенок проявляет самостоятельность и инициативность в организации индивидуальных и коллективных подвижных игр

- способен выбрать инвентарь, вид двигательной деятельности, участников совместной игровой деятельности;

- ребенок правильно координировано выполняет основные виды движений, у него развиты тонко моторные действия, владеет игровыми упражнениями с мячом, скакалкой, городками, ракеткой;

- ребенок выполняет правила подвижных игр, способен к проявлению волевых усилий в достижении результата, следует социальным нормам поведения в условиях игрового взаимодействия;

- владеет определенными представлениями о национальных традициях физической культуры и здорового образа жизни, региональных спортивных достижениях;

- проявляет элементы творчества в двигательной деятельности, передает через движения, особенности конкретного образа.

**II. Содержательный раздел**

**2.1. Описание образовательной деятельности по освоению детьми образовательной области «Физическое развитие»**

Содержательный раздел разработан и сформирован с учетом основной образовательной программы дошкольного образова­ния «От рождения до школы» под редакцией Н. Е. Вераксы, Т. С. Комаровой, М. А. Васильевой.

Описание образовательной деятельности в соответствии с направлениями развития ребенка соответствует программе «От рождения до школы»(Н. Е. Вераксы).

**Первая младшая группа (2-3 года)**

Развивать умение ходить и бегать свободно, не шаркая ногами, не опуская голову, сохраняя перекрестную координацию движений рук и ног. Приучать действовать совместно. Формировать умение строиться в колонну по одному, шеренгу, круг, находить свое место при построениях.

Формировать умение сохранять правильную осанку в положениях сидя, стоя, в движении, при выполнении упражнений в равновесии.

Формировать умение соблюдать элементарные правила, согласовывать движения, ориентироваться в пространстве.

Продолжать развивать разнообразные виды движений, совершенствовать основные движения. Развивать навыки лазанья, ползания; ловкость, выразительность и красоту движений.

Вводить в игры более сложные правила со сменой видов движений.

Развивать умение энергично отталкиваться двумя ногами и правильно приземляться в прыжках с высоты, на месте и с продвижением вперед; принимать правильное исходное положение в прыжках в длину и высоту с места; в метании мешочков с песком, мячей диаметром 15-20 см.

Закреплять умение энергично отталкивать мячи при катании, бросании; ловить мяч двумя руками одновременно.

Обучать хвату за перекладину во время лазанья.

Закреплять умение ползать.

**Ходьба**. Ходьба обычная, на носках, с высоким подниманием колена, в колонне по одному, по два (парами); в разных направлениях: по прямой, по кругу, змейкой (между предметами), врассыпную. Ходьба с выполнением заданий (с остановкой, приседанием, поворотом). Ходьба по прямой дорожке (ширина 15-20 см, длина 2-2,5 м), по доске, гимнастической скамейке, бревну, приставляя пятку одной ноги к носку другой; ходьба по ребристой доске, с перешагиванием через предметы, рейки, по лестнице, положенной на пол. Ходьба по наклонной доске (высота 30-35 см). Медленное кружение в обе стороны.

**Бег.** Бег обычный, на носках (подгруппами и всей группой), с одного края площадки на другой, в колонне по одному, в разных направлениях: по прямой, извилистой дорожкам (ширина 25-50 см, длина 5-6 м), по кругу, змейкой, врассыпную; бег с выполнением заданий (останавливаться, убегать от догоняющего, догонять убегающего, бежать по сигналу в указанное место), бег с изменением темпа (в медленном темпе в течение 50-60 секунд, в быстром темпе на расстояние 10 м).

**Катание, бросание, ловля, метание.** Катание мяча (шарика) друг другу, между предметами, в воротца (ширина 50-60 см). Метание на дальность правой и левой рукой (к концу года на расстояние 2,5-5 м), в горизонтальную цель двумя руками снизу, от груди, правой и левой рукой (расстояние 1,5-2 м), в вертикальную цель (высота центра мишени 1,2 м) правой и левой рукой (расстояние 1-1,5 м). Ловля мяча, брошенного воспитателем (расстояние 70-100 см). Бросание мяча вверх, вниз, об пол (землю), ловля его (2-3 раза подряд).

**Ползание, лазанье.** Ползание на четвереньках по прямой (расстояние 6 м), между предметами, вокруг них; подлезание под препятствие (высота 50 см), не касаясь руками пола; пролезание в обруч; перелезание через бревно. Лазанье по лесенке-стремянке, гимнастической стенке (высота 1,5 м).

**Прыжки.** Прыжки на двух ногах на месте, с продвижением вперед (расстояние 2-3 м), из кружка в кружок, вокруг предметов, между ними, прыжки с высоты 15-20 см, вверх с места, доставая предмет, подвешенный выше поднятой руки ребенка; через линию, шнур, через 4-6 линий (поочередно через каждую); через предметы (высота 5 см); в длину с места через две линии (расстояние между ними 25-30 см); в длину с места на расстояние не менее 40 см.

**Младшая группа (3-4 года)**

**Цели и задачи основных видов движений: Ходьба и бег.**

Развивать разнообразные виды движений. Учить детей ходить и бегать свободно, не шаркая ногами, не опуская головы, сохраняя перекрестную координацию движения рук и ног. Приучать действовать совместно. При освоении ходьбы и бега происходит:

* укрепление мышц туловища, спины и живота;
* тренировка мелких мышц стопы;
* формирование правильной осанки;
* развитие координации движений рук и ног;
* развитие ловкости, быстроты, выносливости.

**Прыжки.**

Учить энергично отталкиваться двумя ногами и правильно приземляться в прыжках с высоты, на мест и с продвижением вперед; принимать правильное исходное положение в прыжках в длину и в высоту с места. При прыжках происходит:

* укрепление костно-мышечного и опорно-двигательного аппарата ног, туловища;
* тренировка глазомера;
* тренировка координации движений;
* развитие ритмичности, быстроты, ловкости, выносливости, силы.

**Ползание и лазание.**

Обучать хвату за перекладину во время лазания. Закреплять умения ползать по полу и по ограниченной поверхности. При ползании и лазанье происходит:

* развитие гибкости позвоночника;
* укрепление крупных групп мышц туловища, плечевого пояса, конечностей.

**Метание, катание, бросание и ловля мяча**.

Закреплять умение энергично отталкивать предметы при катании, бросании, метании. Продолжать учить ловить мяч двумя руками одновременно. При метании, катании, бросании и ловле мяча происходит:

* укрепление мышц плечевого пояса, туловища, мелких мышц верхних конечностей;
* развитие глазомера, меткости;
* развитие координации движений;
* развитие ловкости, ритмичности и точности движений.

**Равновесие.**

Учить сохранять правильную осанку в положении сидя, стоя, в движении и при выполнении упражнений в равновесии. Упражняясь в равновесии, развивается:

* чувство равновесия;
* вестибулярный аппарат;

- собранность, внимание, координация движения, ориентировка, смелость.

**Построения и перестроения.**

Учить строиться в колонну по одному, шеренгу, круг, находить свое место при построениях.

**Психофизические качества.**

Развивать психофизические качества, самостоятельность и творчество при выполнении физических упражнений, в подвижных играх.

**Групповые упражнения с переходами.** Построение в колонну по одному, шеренгу, круг; перестроение в колонну по два, врассыпную; размыкание и смыкание обычным шагом; повороты на месте направо, налево переступанием,

**Ритмическая гимнастика**. Выполнение разученных ранее общеразвивающих упражнений и циклических движений под музыку.

**Средняя группа 4-5 лет.**

**Цели и задачи основных видов движений: Ходьба и бег.**

Закреплять умение ходить и бегать с согласованными движениями рук и ног. Учить бегать легко, ритмично, энергично отталкиваться носком. При освоении ходьбы и бега происходит:

* укрепление мышц туловища, спины и живота;
* тренировка мелких мышц стопы;
* формирование правильной осанки;
* развитие координации движений рук и ног;
* развитие ловкости, быстроты, выносливости.

**Прыжки.**

Учить энергично отталкиваться и правильно приземляться в прыжках на двух ногах и с продвижением вперед , ориентироваться в пространстве. В прыжках в длину и высоту с места учить сочетать отталкивание со взмахом рук, при приземлении сохранять равновесие. Учить прыжкам через короткую скакалку. При прыжках происходит:

* укрепление костно-мышечного и опорно-двигательного аппарата ног, туловища;
* тренировка глазомера;
* тренировка координации движений;
* развитие ритмичности, быстроты, ловкости, выносливости, силы.

**Ползание и лазание.**

Учить ползать, пролезать, подлезать, перелезать через предметы. Учить переходить с одного пролета гимнастической лестницы на другой (вправо, влево). При ползании и лазанье происходит:

* развитие гибкости позвоночника;
* укрепление крупных групп мышц туловища, плечевого пояса, конечностей.

**Метание, катание, бросание и ловля мяча**.

Закреплять умение принимать правильное исходное положение при метании. Учить отбивать мяч правой и левой рукой, бросать и ловить его кистями рук (не прижимая мяч к груди). При метании, катании, бросании и ловле мяча происходит:

* укрепление мышц плечевого пояса, туловища, мелких мышц верхних конечностей
* развитие глазомера, меткости;
* развитие координации движений;

- развитие ловкости, ритмичности и точности движений.

**Равновесие.**

Учить сохранять правильную осанку в положении сидя, стоя, в движении и при выполнении упражнений в равновесии. Упражняясь в равновесии, развивается:

* чувство равновесия;
* вестибулярный аппарат;
* собранность, внимание, координация движения, ориентировка, смелость.

**Построения и перестроения.**

Учить строиться в полукруг, в колонну по одному и парами, шеренгу, круг, соблюдать дистанции в построениях.

**Психофизические качества.**

Развивать организованность, самостоятельность, инициативность, творчество, умение поддерживать дружеские взаимоотношения со сверстниками.

**Старшая группа 5-6 лет.**

**Цели и задачи основных видов движений: Ходьба и бег.**

Закреплять умение ходить и бегать, энергично отталкиваться от опоры. Учить бегать наперегонки, с преодолением препятствий. Совершенствовать двигательные умения и навыки детей. При освоении ходьбы и бега происходит:

* укрепление мышц туловища, спины и живота;
* тренировка мелких мышц стопы;
* формирование правильной осанки;
* развитие координации движений рук и ног;
* развитие ловкости, быстроты, выносливости.

**Прыжки.**

Учить прыгать в длину, в высоту с разбега, правильно разбегаться, отталкиваться и приземляться в зависимости от вида прыжка, прыгать на мягкое покрытие, через длинную скакалку, сохранять равновесие при приземлении. При прыжках происходит:

* укрепление костно-мышечного и опорно-двигательного аппарата ног, туловища;
* тренировка глазомера;
* тренировка координации движений;
* развитие ритмичности, быстроты, ловкости, выносливости, силы.

**Ползание и лазание.**

Учить лазать по гимнастической скамейке и лестнице, меняя темп. При ползании и лазанье происходит:

* развитие гибкости позвоночника;
* укрепление крупных групп мышц туловища, плечевого пояса, конечностей.

**Метание, катание, бросание и ловля мяча**.

Учить сочетать замах с броском при метании , подбрасывать и ловить мяч одной рукой, отбивать его правой и левой рукой на месте и вести в ходьбе. При метании, катании, бросании и ловле мяча происходит:

- укрепление мышц плечевого пояса, туловища, мелких мышц верхних

конечностей;

* развитие глазомера, меткости;
* развитие координации движений;
* развитие ловкости, ритмичности и точности движений.

**Равновесие.**

Учить сохранять правильную осанку в положении сидя, стоя, в движении и при выполнении упражнений в равновесии. Упражняясь в равновесии, развивается:

* чувство равновесия;
* вестибулярный аппарат;
* собранность, внимание, координация движения, ориентировка, смелость.

**Игры.**

Учить играм с элементами соревнования, играм-эстафетам.

**Психофизические качества и воспитание.**

Приучать помогать взрослым готовить физкультурный инвентарь к занятиям физическими упражнениями и убирать его на место. Всесторонне развивать личность ребенка, формировать физические, умственные, нравственные, эстетические, духовные качества.

**Подготовительная группа 6-7 лет.**

**Цели и задачи основных видов движений: Ходьба и бег.**

Закреплять умение ходить и бегать, энергично отталкиваться от опоры. Учить бегать наперегонки, с преодолением препятствий. Совершенствовать двигательные умения и навыки детей. При освоении ходьбы и бега происходит:

* укрепление мышц туловища, спины и живота;
* тренировка мелких мышц стопы;
* формирование правильной осанки;
* развитие координации движений рук и ног;
* развитие ловкости, быстроты, выносливости.

**Прыжки.**

Закреплять прыжки в длину, в высоту с разбега, правильно разбегаться, отталкиваться и приземляться в зависимости от вида прыжка, прыгать на мягкое покрытие, через длинную скакалку, сохранять равновесие при приземлении. При прыжках происходит:

* укрепление костно-мышечного и опорно-двигательного аппарата ног, туловища;
* тренировка глазомера;
* тренировка координации движений;
* развитие ритмичности, быстроты, ловкости, выносливости, силы.

**Ползание и лазание.**

Учить лазать по гимнастической скамейке и лестнице, меняя темп. При ползании и лазанье происходит:

* развитие гибкости позвоночника;
* укрепление крупных групп мышц туловища, плечевого пояса, конечностей.

**Метание, катание, бросание и ловля мяча**.

Учить сочетать замах с броском при метании , подбрасывать и ловить мяч одной рукой, отбивать его правой и левой рукой на месте и вести в ходьбе. При метании, катании, бросании и ловле мяча происходит:

- укрепление мышц плечевого пояса, туловища, мелких мышц верхних

конечностей;

* развитие глазомера, меткости;
* развитие координации движений;
* развитие ловкости, ритмичности и точности движений.

**Равновесие.**

Учить сохранять правильную осанку в положении сидя, стоя, в движении и при выполнении упражнений в равновесии. Упражняясь в равновесии, развивается:

* чувство равновесия;
* вестибулярный аппарат;
* собранность, внимание, координация движения, ориентировка, смелость.

**Игры.**

Учить играм с элементами соревнования, играм-эстафетам.

**Психофизические качества и воспитание.**

Приучать помогать взрослым готовить физкультурный инвентарь к занятиям физическими упражнениями и убирать его на место. Всесторонне развивать личность ребенка, формировать физические, умственные, нравственные, эстетические, духовные качества.

**Специфика работы воспитателя и инструктора по физической культуре** Формирование полноценных двигательных навыков, активная деятельность в процессе конструирования, сюжетной игры, трудовой деятельности, овладение тонко координированными и специализированными движениями рук является необходимым звеном в общей системе коррекционного обучения.

В процессе правильно организованных занятий необходимо устранить некоординированные, скованные, недостаточно ритмические движения.

Таким образом, целостность Программы обеспечивается установлением связей между образовательными областями, интеграцией усилий специалистов и родителей дошкольников.

**Направления работы инструктора по физической культуре:**

**-**развитие мелкой и общей моторики;

- ориентировка в пространстве и на собственном теле;

-развитие зрительного восприятия;

-дыхательная гимнастика;

- фонематические процессы.

**2.2.Формы, способы, методы и средства реализации рабочей программы.**

**Формы образовательной деятельности**

**(образовательная область «Физическое развитие»)**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| Формы образовательной деятельности | | |
| Непосредственно образовательная деятельность | Режимные моменты | Самостоятельная деятельность детей |
| Формы организации детей | | |
| Индивидуальные Подгрупповые групповые | Групповые Подгрупповые Индивидуальные | Индивидуальные подгрупповые |
| • Игровая беседа с элементами движений;  •Совместная деятельность взрослого и детей тематического характера;  •Игра (спортивная, подвижная, развивающая);  •Контрольно-диагностическая деятельность; •Экспериментирование; •Спортивные состязания; •Проектная деятельность. | •Игровая беседа с элементами движений;  •Гимнастика (физические упражнения); •Физкультминутка;  •Игра (спортивная, подвижная, развивающая);  •Спортивные и физкультурные досуги; •Спортивные состязания; •Туристический поход;  •День здоровья. | • Во всех видах самостоятельной деятельности детей; •Двигательная активность в течение дня;  •Игра;  •Утренняя гимнастика; •Самостоятельные спортивные игры и упражнения |

**Виды организованной деятельности по ФК**

**1.Физкультурные занятия**:

- Вводные занятия;

- Занятия - изучения нового материала;

- Занятия - совершенствования изученного;

- Контрольные занятия;

- Смешанные.

**2. Дополнительные занятия физическими упражнениями**:

- Спортивные мероприятия для детей совместно с родителями: цель - способствовать повышению физкультурной грамотности родителей.

**3.Физкультурно-оздоровительные мероприятия в режиме дня:**

* *Утренняя гимнастика:* цель - ускорение вхождения организма ребенка в деятельность.
* *Физкультминутки:* цель - посредством физических упражнений в середине занятия, в значительной мере повысить работоспособность детей.
* *Физические упражнения:* основное средство физического воспитания. Используются для решения комплекса оздоровительных и воспитательных задач, всестороннего развития личности ребенка, являются чрезвычайно эффективным средством профилактики и коррекции психофизического состояния организма.
* *Подвижные игры:* цель - воспитание интереса и потребности детей в самостоятельных занятиях физическими упражнениями.
* *Закаливающие мероприятия после дневного сна*: цель - помочь детям постепенно перейти от состояния сна к бодрствованию;

**4. Физкультурно-массовые мероприятия:**

* *Физкультурные досуги* - одна из форм активного отдыха детей, где закрепляются двигательные навыки и умения, развиваются двигательные способности.
* *Физкультурные праздники* - мероприятия показательного характера, демонстрирующие достижения детей за определенный период работы, так же пропагандирующие занятия физической культурой, как среди детей, так и среди их родителей.

5. **Индивидуальные занятия** - средство реализации личностно-ориентированного подхода в физическом воспитании дошкольников.

6. **Самостоятельная деятельность детей** - реализация индивидуальных потребностей детей в двигательной деятельности в самостоятельной деятельности.

7. **Коррекционная работа** - коррекция и профилактика плоскостопия.

**Формы организации двигательной деятельности**

Выделяется 6 основных форм организации двигательной деятельности в режиме учебного дня, каждая из которых отражает свои цели и задачи:

* традиционная (обучающий характер, смешанный характер, вариативный характер);
* тренировочная (повторение и закрепление определенного материала);
* игровая (подвижные игры, игры-эстафеты);
* сюжетно-игровая (может включать различные задачи по развитию речи и ознакомлением с окружающим миром, а также по формированию элементарных математических представлений);
* с использованием тренажеров (гимнастическая скамья, и д.р.);
* по интересам, на выбор детей (мячи, обручи, кольцеброс, полоса препятствий, тренажеры, скакалки).

**Интеграция образовательной области «Физическая культура» с другими образовательными областями**

В процессе образовательной деятельности по физической культуре следует обращать внимание на одновременное решение задач других образовательных областей:

1. **«Социально-коммуникативное развитие»:** создание в процессе образовательной деятельности по физическому развитию педагогических ситуаций и ситуаций морального выбора, развитие нравственных качеств, поощрение проявлений смелости, находчивости, взаимовыручки, выдержки, побуждение детей к самооценке и оценке действий и поведения сверстников; привлечение детей к расстановке и уборке физкультурного инвентаря и оборудования.

2. **«Познавательное развитие»:** активизация мышления детей (через самостоятельный выбор игры, оборудования, пересчет мячей), организация специальных упражнений на ориентировку в пространстве, подвижных игр иупражнений, закрепляющих знания об окружающем (имитация движения животных, труда взрослых).

3. **«Речевое развитие**»: побуждение детей к проговариванию действий и называнию упражнений, поощрение речевой активности в процессе двигательной деятельности, обсуждение пользы закаливания и занятий физической культурой; организация игр и упражнений под тексты стихотворений, потешек, считалок; сюжетных физкультурных занятий на темы прочитанных сказок и потешек.

4. **«Художественно-эстетическое развитие»:** привлечение внимания дошкольников к эстетической стороне внешнего вида детей и инструктора по физической культуре, оформления спортивного зала; использование в процессе непосредственно образовательной деятельности изготовленных детьми элементарных физкультурных пособий (флажки, картинки, мишени для метания), рисование мелом разметки для подвижных игр; организация ритмической гимнастики, игр и упражнений под музыку, пение; проведение спортивных игр и соревнований под музыкальное сопровождение; развитие артистических способностей в подвижных играх имитационного характера.

**2.3. Взаимодействие с семьями воспитанников**

Цели и задачи физического воспитания дошкольников в семье и в детском саду едины, поэтому их необходимо ставить и решать совместными усилиями. Успешное решение задач физического воспитания возможно лишь при осуществлении индивидуального подхода к детям во взаимосвязанной работе дошкольной образовательной организации и семьи.

***Задачи*** взаимодействия педагога с семьями дошкольников:

1.Познакомить родителей с особенностями физического, социально-личностного, познавательного и художественного развития детей дошкольного возраста и адаптации их к условиям дошкольного учреждения.

2.Помочь родителям в освоении методики укрепления здоровья ребенка в семье, способствовать его полноценному физическому развитию, освоению культурно-гигиенических навыков, правил безопасного поведения дома и на улице.

3.Познакомить родителей с особой ролью семьи, близких в социально-личностном развитии дошкольников. Совместно с родителями развивать доброжелательное отношение ребенка к взрослым и сверстникам, эмоциональную отзывчивость к близким, уверенность в своих силах.

4.Совместно с родителями способствовать развитию детской самостоятельности, простейших навыков самообслуживания, предложить родителям создать условия для развития самостоятельности дошкольника дома.

5.Помочь родителям в обогащении сенсорного опыта ребенка, развитии его любознательности, накоплении первых представлений о предметном, природном и социальном мире.

6.Развивать у родителей интерес к совместным играм и занятиям с ребенком дома, познакомить их со способами развития воображения, творческих проявлений ребенка в разных видах художественной и игровой деятельности.

Одним из важных принципов технологии реализации программы по физической культуре является совместное с родителями воспитание и развитие дошкольников, вовлечение родителей в образовательный процесс дошкольного учреждения.

**Младший дошкольный возраст**

*Задачи взаимодействия инструктора по физическому развитию с семьями дошкольников*

1. Познакомить родителей с особенностями физического развития детей младшего дошкольного возраста и адаптации их к условиям дошкольного учреждения.
2. Помочь родителям в освоении методики укрепления здоровья ребенка в семье, способствовать его полноценному физическому развитию, освоению культурно-гигиенических навыков, правил безопасного поведения дома и на улице.

**Средний дошкольный возраст**

*Задачи взаимодействия педагога с семьями дошкольников*

1.Познакомить родителей с особенностями развития ребенка пятого года жизни, приоритетными задачами его физического развития.

2.Включать родителей в игровое общение с ребенком, помочь им построить партнерские отношения с ребенком.

3.Совместно с родителями развивать положительное отношение ребенка к себе, уверенность в своих силах, стремление к самостоятельности.

**Старший дошкольный возраст**

*Задача взаимодействия инструктора с семьями дошкольников.*  Способствовать укреплению физического здоровья дошкольников в семье, обогащению совместного с детьми физкультурного досуга (занятия в бассейне, коньки, лыжи, туристические походы), развитию у детей умений безопасного поведения дома, на улице, в лесу, у водоема.

**Алгоритм совместной физкультурно-оздоровительной деятельности дошкольного образовательного учреждения с семьей**.

1. Анкетирование родителей, в рамках мониторинга физического развития и оздоровления детей с целью выявления знаний и умений родителей в области здорового образа жизни, организации питания и двигательной активности детей, выполнения режимных моментов в семье;

2. Совместно с медицинским работникам изучение состояния здоровья детей, анализ заболеваний за предыдущий период времени

3. Ознакомление родителей с результатами диагностики состояния здоровья ребенка и его психомоторного развития;

4. Создание в дошкольном образовательном учреждении и семье медико-социальных условий для укрепления здоровья и снижения заболеваемости у детей (создание зон различных видов физической активности, использование закаливающих процедур, массажей, водо-терапии и т.п.);

5. Проведение целенаправленной работы среди родителей по пропаганде здорового образа жизни, необходимости выполнения общегигиенических требований, рационального режима дня, полноценного сбалансированного питания, закаливания, воздушного и температурного режима и т. д.;

6. Ознакомление родителей с содержанием физкультурно-оздоровительной работы в дошкольном образовательном учреждении;

7.Консультацииродителей конкретным приемам и методам оздоровления (дыхательная гимнастика, массаж, разнообразные виды закаливания и т.д.);

8. Ознакомление родителей с лечебно-профилактическими мероприятиями, проводимыми в дошкольном образовательном учреждении и обучение их отдельным нетрадиционным

методам оздоровления детского организма (фитотерапии, ароматерапии и т.д.);

9. Создание газет для родителей, консультаций и т. п.

**2.4. Часть программы, формируемая участниками образовательных отношений. Программа «Выходи играть во двор!»**

**Материально-техническое обеспечение программы**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **Модуль** | **Компоненты материально-технической базы** | |
| **Наличие оборудованных**  **помещений и территорий** | **Спортивный инвентарь** |
| **«Осень**  **золотая»** | Спортивный зал  Спортивная площадка  Городошная площадка  «Дорожка движения»  («Мишени», «Солнечная  полянка», «Змейка», «Ручеек»,  «Бабочка», «Болото», «Дубовый  лист», «Солнце и Луна»,  «Шляпа», «Дерево с дуплом») | Городошные фигуры, биты, кегли,  обручи, маски для подвижных игр,  «доска желания», «мешочки  индивидуальных заданий», канат,  игровой тоннель «труба».  Мелкий раздаточный материал:  шишки, желуди, каштаны,  веревочки, разноцветные камешки,  12 небольших палочек, разноцветные  ленты.  Игровые атрибуты: колечко,  музыкальный инструмент рожок,  лапти (2 шт.), мешочки, барьеры |
| **«Зимние**  **забавы»** | Лыжня  Горка  Ледяная дорожка  Спортивная площадка  Прогулочные площадки  Дорожка движения» («Снежная  крепость», «Снеговики»,  «Мишени», «Снежный  лабиринт», «Улитка», деревья с  мишенями, зимние олимпийские  символы, снежные фигуры и  постройки) | Лыжи, санки, волейбольная сетка,  маленькие мячи, обручи, эстафетная  палочка, корзина, гимнастические  палки, «доска желания», «мешочки  индивидуальных заданий»  Мелкий раздаточный материал:  ориентиры (флажки, кегли),  веревочки  Игровые атрибуты: большое ведро,  маленькие ведра, замороженные  цветные фигурки разного размера и  цвета, колокольчик |
| **«Приди, Весна**  **Красна»** | Спортивный зал\*  Спортивная площадка  Прогулочные площадки  «Дорожка движения»  («Солнечная полянка»,  «Змейка», «Горка», «Лес»,  «Ручеек», «Дубовый лист»,  «Мишени», «Бусы», «Ворота»)  Центр развития основных  движений («Волшебное дерево») | Мячи разного размера, кегли,  обручи, волейбольная сетка,  корзины, баскетбольная корзина,  «доска желания», «мешочки  индивидуальных заданий»,  теннисные ракетки и мячи  Игровые атрибуты: маски и  шапочки для подвижных игр |
| **«Лето**  **красное»** | Спортивный зал\*  Спортивная площадка  Прогулочные площадки  «Дорожка движения»  («Солнечная поляна», «Змейка»,  «Бабочка», «Ручеек», «Поляна  знаний», «Болото», «Дубовый  лист», «Лабиринт», сказочные  герои – Ракетка, Волан) | Ракетки, воланы, сетка для  бадминтона, флажки, мячи,  гимнастические палки, скакалки,  веревочки, обручи, кегли, «доска  желания», «мешочки индивидуальных заданий»  Мелкий раздаточный материал:  камешки разного размера, ленточки  разноцветные атласные  Игровые атрибуты: брызгалки,  лейки, зонты, ведра, бассейн с водой,  игрушки для игр в воде (уточки,  рыбки, кораблики, шарики), таз с  водой, ситечки, миски  пластмассовые, стаканы  пластиковые, мыльные пузыри,  маски, водяные мячики из поролона,  водяные пистолеты, пластиковые  бутылки, воздушные шарики  (надутые), мыльницы, табло для  счета очков |

Примечание: для развития самостоятельной двигательной деятельности

**2.5 Перспективный план работы по взаимодействию с родителями**

**на период с 01.09.2022г. по 31.08.2023 г.**

**Взаимодействие инструктора по физической культуре с родителями.**

Самым благоприятным возрастом для формирования полезных привычек является дошкольный и младший школьный. В этот период ребенок значительную часть проводит дома, в семье, среди своих родных, чей образ жизни, стереотипы поведения становятся сильнейшими факторами формирования их представлений о жизни. Вот почему именно в семье закладываются основы многообразных отношений к себе и своему здоровью, к здоровью близких, к людям, к труду, к природе.

Взаимодействие с семьей основывается на привлечении родителей к полноправному участию в образовательной деятельности ДОУ:

* выступление на родительских собраниях с опытом работы по оздоровлению детей средствами физической культуры;
* просмотр физкультурно-оздоровительных мероприятий;
* участие в тематических досугах и праздниках;
* участие в совместных конкурсах по приобщению дошкольников к здоровому образу жизни.

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **Месяц** | **Тема мероприятия** | **Возрастная группа** |
| Сентябрь | 1.«Домашний спортзал».  2.«Физическая культура вашего ребенка»  3.«Упражнения для формирования правильной осанки»  4.«Позвоночник – опора, рессора, футляр».  5.Развлечение для детей и родителей «Здоровье наш бесценный дар» | Первая младшая группа  Вторая младшая группа  Средняя группа  Старшая группа  Подготовительная группа |
| Октябрь | 1.«Физическая активность ребенка третьего года жизни»  2.«Тренировки на дому»  3.«Спорт – не навреди»  4.«Многоликий мяч»  5.«Как родиться чемпионом» | Первая младшая группа  Вторая младшая группа  Средняя группа  Старшая группа  Подготовительная группа |
| Ноябрь | 1.«Развиваем активность малыша»  2.«Закаливание детей водой»  3.Развлечение с родителями: «Мой веселый звонкий мяч»  4.«Как мы ходим»  5.«Дыхательная гимнастика для часто болеющих дошкольников» | Первая младшая группа  Вторая младшая группа  Средняя группа  Старшая группа  Подготовительная группа |
| Декабрь | 1.«О пользе велосипеда»  2.«Играем с детьми»  3.«Движение и здоровье»  4.«Приобщение детей к физической культуре и спорту»  5.«Угомон на непоседу» | Первая младшая  Вторая младшая группа  Средняя группа  Старшая группа  Подготовительная группа |
| Январь | 1.«Нужно ли развивать у ребенка мышечную силу»  2.«Физкультура для пассивных и активных детей»  3.«Подвижные игры»  4.«Семь принципов оздоровительной физкультуры»  5.«Правильное питание – залог здоровья дошкольников» | Первая младшая  Вторая младшая  Средняя группа  Старшая группа  Подготовительная группа |
| Февраль | 1.«Растим детей здоровыми»  2.«Шесть правил здорового позвоночника»  3.«Игра для детей»  4.«Профилактика заболеваний позвоночника»  5.«Играй, да силенок набирай»  6.Развлечение, посвященное Дню защитника отечества: «Как Баба Яга внука в армию провожала» | Первая младшая  Вторая младшая  Средняя группа  Старшая группа  Подготовительная группа |
| Март | 1.«Воспитание игрой»  2.«Нескучная зарядка»  3.«Утренняя гимнастика»  4.«Босохождение»  5.«Правильное дыхание – необходимое условие физического развития» | Первая младшая группа  Вторая младшая группа  Средняя группа  Старшая группа  Подготовительная группа |
| Апрель | 1.»Как заинтересовать ребенка занятиями физкультурой»  2.«Что такое закаливание»  3.«Несколько советов заботливым родителям по охране и укреплению здоровья»  4.Развлечение «Зов джунглей» (совместно с родителями)  5.«Как сформировать у детей правильное отношение к своему здоровью» | Первая младшая группа  Вторая младшая группа  Средняя группа  Старшая группа  Подготовительная группа |
| Май | 1. «Играем с детьми»  2. «Зарядка без забот»  3. «Семь принципов оздоровления физкультурой»  4. «Профилактика плоскостопия у детей»  5. «О здоровье всерьез. Профилактика нарушений осанки и плоскостопия у дошкольников» | Первая младшая группа  Вторая младшая группа  Средняя группа  Старшая группа  Подготовительная группа |
| Июнь | 1.«Плоскостопие»  2.«Здоровье начинается со стопы»  3.«Как победить плоскостопие»  4.«Упражнения для формирования правильной осанки»  5.«Закаливание организма дошкольника» (советы врача) | Первая младшая группа  Вторая младшая группа  Средняя группа  Старшая группа  Подготовительная группа |
| Июль | 1.«Солнце, воздух и вода наши лучшие друзья»  2.«Растим детей здоровыми»  3. «Родители – лучший пример для детей или как приучить ребенка к зарядке»  4.«Выбираем ребенку роликовые коньки»  5«Физическая готовность к школе» | Первая младшая группа  Вторая младшая группа  Средняя группа  Старшая группа  Подготовительная группа |
| Август | 1«Утренняя гимнастика»  2.«Зарядка – это весело»  3.«О правильной осанке»  4.«Бег - одно из важных для здоровья ребенка движений»  5.«Пропаганда здорового образа жизни» | Первая младшая группа  Вторая младшая группа  Средняя группа  Старшая группа  Подготовительная группа |

**План мероприятий по оздоровлению детей ДОУ**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| №п/п | Формы организации | Дозировка | Сроки выполнения | Ответственный |
| 1. | Утренний прием детей на свежем воздухе. |  | Попогодным условиям | Воспитатели |
| 2. | Прогулки (температура воздуха не ниже 15 градусов) в соответствии с СанПиНом |  | ежедневно | Воспитатели |
| 3 | Утренняя гимнастика на свежем воздухе. | 5, 6, 8, 10 мин | Попогодным условиям | инструкторпо  ФК |
| 4. | Облегченная одежда детей в группах. |  | Втечение года | Воспитатели |
| 5. | Проветривание помещений групп по графику. |  | регулярно | воспитатели,  младшие  воспитатели. |
| 6. | Витаминизация третьихблюд. |  | В течение года | м/с |
| 7. | Усилениесанэпидрежима. |  | октябрь-декабрь, январь-март. | м/с |
| 8. | Диспансеризация. |  | апрель-май | м/с |
| 9. | Осмотр детей на педикулез и грибковые заболевания. |  | регулярно  втечениегода | м/с |
| 10. | Обследованиедетейнаэнторобиоз. |  | ноябрь | м/с |
| 11. | Профилактическиепрививки. |  | Поплану | м/с |
| 12. | Контроль за физвоспитанием, закрепление правильной осанки и профилактика плоскостопия. |  | Втечение года | м/с  инструктор по  ФК,  Воспитатели |
| 13. | Контроль за температурным режимом, за воздушными режимом, режимом дня, за санитарным состоянием в группах за световым режимом. |  | В течение года. | м/с |
| 14. | Солнечныеванны, воздушныеванны |  | май-август | воспитатели,  м/с |
| 15. | Босохождение. |  | ежедневно | воспитатели,  м/с |
| 16. | Полоскание полости рта и горла кипяченой водой. |  | сентябрь-октябрь,  декабрь-январь,  март-апрель. | Воспитатели  м/с |
| 17. | Витаминотерапия:  Аскорбиновая кислота». |  | октябрь.январь, апрель | м/с |
| 18. | Профилактическая работа  -оксолиновая мазь  -прививки от гриппа |  | период повышенной заболеваемости (октябрь-декабрь) | м/с |
| 19. | Гимнастикапослесна. |  | ежедневно | Воспитатели | |
| 20. | Спортивныеигры и упражнения | 15,20,25 ,30 мин. | младшая-подготовительные группы | инструкторпо  ФК | |
| 21. | Индивидуальнаяработа. | 8-10мин. | по графику | инструктор по  ФК | |
| 22. | Дыхательнаягимнастика. |  | все группы  в течение года | инструктор по  ФК,  Воспитатели | |
| 23. | Профилактическая работа с часто болеющими детьми. |  | Втечениегода. | м/с,инструктор по  ФК,  воспитатели | |

**III. Организационный раздел**

**3.1 Перспективное планирование по ФК на период с сентября 2022 по август 2023 года**

**Первая младшая группа**

**Сентябрь**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **Задачи** | Побуждать детей к двигательной активности. Формировать умение сохранять устойчивое положение тела. Обеспечивать охрану и укрепление здоровья детей | | | |
| **1-я часть:**  **Вводная** | Чередование ходьбы и бега врассыпную за воспитателем, между стульями (следить, чтобы дети не задевали друг друга и не наталкивались на стулья). | | | |
|  | **I неделя** | **II неделя** | **III неделя** | **IV неделя** |
| **№ Занятия** | №1, №2. | №3, №4. | №5, №6. | №7,№8. |
| **ОРУ** | С флажками | Со скамейкой | С флажками | Со скамейкой |
| **2-я часть:**  **Основные**  **виды**  **движений** | •Прыжки на двух ногах на месте;  •Проползание заданного расстояния;  •Скатывание мяча с горки. | •Проползание заданного расстояния до предмета;  •Прыжки на двух ногах на месте с хлопками;  •Катание мяча в паре с воспитателем. | •Проползание в вертикально стоящий обруч за игрушкой;  •Прыжки на двух ногах, слегка продвигаясь вперед с хлопками;  •Прокатывание мячей двумя руками друг другу и воспитателю. | • Ходьба с дыхательными упражнениями Игровое упражнение  • «Собери колечки» (по сигналу дети собирают колечки в корзину). |
| **Подвижные игры** | «Бегите ко мне» | « К мишке в гости» | «К лисичке в гости» | «Пробеги через лес » |
| **Мало- подвижныеигры** | «Бегите ко мне» | «Пойдём тихо, как мышки» | Ходьба с дыхательными упражнениями | Спокойная ходьба за воспитателем. |

**Октябрь**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **Задачи** | Способствовать психофизическому развитию детей. Формировать умение ориентироваться в пространстве. Побуждать детей к двигательной активности. Формировать умение сохранять устойчивое положение тела. Обеспечивать охрану и укрепление здоровья детей | | | |
| **1-я часть:**  **Вводная** | Ходьба и бег за воспитателем -**«Идём в лес».**Следить, чтобы дети не шаркали ногами. Ходьба и бег со сменой темпа – **«Машины едут и медленно».** | | | |
|  | **I неделя** | **II неделя** | **III неделя** | **IV неделя** |
| **№ Занятия** | №1, №2, | №3, №4, | №5, №6. | №7 №8. |
| **ОРУ** | С палочками | Со стульчиками | С палочками | Со стульчиками |
| **2-я часть:**  **Основные**  **виды**  **движений** | •Подпрыгивание до предмета, находящегося выше поднятых рук ребенка;  •Подползание под веревку;  •Прокатывание мяча одной и двумя руками. | •Подпрыгивание до погремушки, подвешенной выше поднятых рук ребенка;  •Прокатывание мяча под дугу и проползание за ним;  •Подлезание под веревку. | •Прыжки на двух ногах, сопровождающиеся небольшим продвиже¬нием вперед;  •Подползание под скамейку;  •Прокатывание мяча под скамейку одной рукой (поочередно пра-вой и левой). | •Подпрыгивание до ладони воспитателя, находящейся выше подня-тых рук ребенка, сопровождающееся небольшим продвижением вперед;  •Проползание в вертикально стоящий обруч и в воротца с захватом мяча;  •Прокатывание мяча двумя и одной рукой друг другу, между пред-метами. |
| **Подвижные игры** | «Собери колечки» | «Доползи до игрушки» | «Собери комочки» | «Собери перамидку» |
| **Мало- подвижныеигры** | Ходьба за воспитателем | Спокойная ходьба вместе с воспитателем | Спокойная ходьба парами за воспитателем. | Спокойная ходьба парами за воспитателем |

**Ноябрь**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **Задачи** | Воспитывать умение действовать самостоятельно. Формировать основные жизненно важные движения. Развивать интерес к участию в подвижных играх и физических упражнениях. Обеспечивать закаливание организма детей. | | | |
| **1-я часть:**  **Вводная** | Ходьба за машиной, которую везёт воспитатель. Ходьба и бег за воспитателем. Ходить, по кругу взявшись за руки. Чередование ходьбы и бега друг за другом в одном направлении. | | | |
|  | **I неделя** | **II неделя** | **III неделя** | **IV неделя** |
| **№ Занятия** | №1, №2. | №3, №4. | №5, №6. | №7, №8. |
| **ОРУ** | с кубиками | на мягких модулях | с кубиками | на мягких модулях |
| **2-я часть:**  **Основные**  **виды**  **движений** | • Прыжки на двух ногах на месте с мячом в руках;  • Проползание заданного расстояния с прокатыванием мяча перед собой;  • Прокатывание мяча одной рукой между двумя игрушками. | • Подпрыгивание до двух игрушек, находящихся выше поднятых рук ребенка, слегка продвигаясь вперед;  • Подползание под две скамейки, стоящие рядом;  • Прокатывание двух мячей поочередно (двумя руками). | • Перепрыгивание через веревку на двух ногах;  • Подползание под гимнастическую палку, расположенную на высоте 50 см от пола;  • Прокатывание двух мячей поочередно правой и левой рукой. | •Подпрыгивание до ладони воспитателя, находящейся выше под¬нятых рук ребенка, слегка продвигаясь вперед;  •Проползание в вертикально стоящий обруч с захватом мяча;  •Прокатывание мяча двумя и одной рукой друг другу, между пред-метами. |
| **Подвижные игры** | «Скати и догони» | «Догони мяч» | «Попрыгай как мячик » | «Прокати мяч и догони его» |
| **Малоподвижныеигры** | Ходьба с остановками по сигналу | Ходьба. «Кто тише» | Ходьба за воспитателем | Ходьба друг за другом |

**Декабрь**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **Задачи** | Формировать умения в основных видах движений (ходьбе, беге, прыжках). Побуждать детей к двигательной активности. Формировать умение сохранять устойчивое положение тела. Совер­шенствовать грациозность, выразительность движений. Обеспечивать охрану и укрепление здоровья детей.. | | | |
| **1-я часть:**  **Вводная** | Ходьба друг за другом, между предметами за воспитателем, между обручами, разложенными врассыпную на полу, в колонне по одному. Ходьба и бег свободным широким шагом. | | | |
|  | **I неделя** | **II неделя** | **III неделя** | **IV неделя** |
| **№ Занятия** | **№1, №2.** | **№3, №4.** | **№5, №6.** | **№7, №8.** |
| **ОРУ** | **С кубиками** | **Со скамейкой** | **С кубиками** | **Со скамейкой** |
| **2-я часть:**  **Основные**  **виды**  **движений** | Перепрыгивание через линию, веревку, лежащую на полу;  Проползание в заданном направлении;  Скатывание мяча с горки. | Проползание в вертикально стоящий обруч;  Прыжки на двух ногах, слегка продвигаясь вперед с хлопками;  Катание мяча двумя руками друг другу | Проползание в вертикально стоящий обруч за игрушкой;  Прыжки на двух ногах, слегка продвигаясь вперед с хлопками;  Прокатывание мячей двумя руками друг другу и воспитателю | **•** Прыжки на двух ногах на месте и продвигаясь вперед;  • Катание мяча двумя и одной рукой в паре с воспитателем. **•** Подпрыгивание до ладони воспитателя, находящейся выше под¬нятых рук ребенка;  • Под ползание под скамейку;  • Прокатывание мяча двумя и одной рукой друг другу. |
| **Подвижные игры** | «Пойди по дорожке» | « Лови мяч» | «Перелезь через бревно » | «Брось мяч» |
| **Малоподвижныеигры** | Ходьба друг за другом | Ходьба с остановкой на сигнал | Ходьба змейкой за воспитателем | «Кто тише» |

**Январь**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **Задачи** | Учить катать мяч, упражнять в лазанье по гимнастической скамейки, ползании на четвереньках и подлезать под рейку. . Способствовать психофизическому развитию детей. Учить выразительности движений. Обеспечивать закаливание организма детей. | | | |
| **1-я часть:**  **Вводная** | Чередование ходьбы и бега в колонне по одному. Ходьба и бег широким, свободным шагом, ходьба и бег врассыпную. По сигналу идти в колонне по одному за воспитателем. | | | |
|  | **I неделя**  **Тема** | **II неделя**  **Тема: «** | **III неделя**  **Тема:** « **»** | **IVнеделя**  **Тема: «** |
| **№ Занятия** | **№1,№2.** | **№3 ,№4.** | **№5, №6.** | **№7, №8.** |
| **ОРУ** | **С лентами** | **с малым мячом** | **со стульчиками** | **с погремушками** |
| **2-я часть:**  **Основные**  **виды**  **движений** | •Прыжки в высоту;  •Перелезание через валик;  •Бросание мяча двумя руками снизу. | •Прыжки на двух ногах на месте с подпрыгиванием до предмета, находящегося выше поднятых рук ребенка;  •Проползание в вертикально стоящий обруч с захватом впереди стоящей игрушки;  •Ловля мяча, брошенного воспитателем. | •Прыжки на двух ногах, сопровождающиеся небольшим продвиже¬нием вперед;  •Перелезание через валик;  •Перебрасывание малого мяча через ленту, натянутую на уровне груди ребенка. | •Подпрыгивание до ладони воспитателя, находящейся выше под-нятых рук ребенка, слегка продвигаясь вперед;  •Подползание под скамейку;  •Перебрасывание малого мяча через веревку, натянутую на уровне груди ребенка. |
| **Подвижные игры** | «Перелезь через бревно» | «Лови мяч» | «Брось мяч» | «Через ручеек» |
| **Малоподвижныеигры** | Пройди по дорожке» | «Кто тише» | Ходьба. Идти, по кругу взявшись за руки. | Ходьба в колонне по одному. Ходьба на носках и обычным шагом. |

**Февраль**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **Задачи** | . Воспитывать умение самостоятельно действовать. Формировать основные жизненно важные движения. Обеспечивать закаливание организма детей. | | | |
| **1-я часть:**  **Вводная** | Ходьба и бег в колонне по одному между стульями, с флажком в руке. Бег врассыпную. Ходьба и бег с кубиками. | | | |
|  | **I неделя** | **II неделя** | **III неделя** | **IV неделя** |
| **№ Занятия** | **№1, №2.** | **№3,№4.** | **№5, №6.** | **№7, №8.** |
| **ОРУ** | **на мягких модулях** | **№1 без предметов** | **№3 с кубиками** | **№4 с платочками** |
| **2-я часть:**  **Основные**  **виды**  **движений** | •Прыжки на двух ногах с продвижением вперед (от игрушки к игрушке);  •Проползание в два вертикально стоящих обруча;  •Скатывание мяча с горки, скатывание вслед за ним.  •Проползание заданного расстояния, прокатывая мяч перед собой;  •Прокатывание мяча одной рукой между двумя игрушками. | **•**Подпрыгивание до двух игрушек, находящихся выше поднятых рук ребенка, слегка продвигаясь вперед;  •Подползание под двумя скамейками, стоящими рядом;  •Ловля мяча, брошенного воспитателем. | •Перепрыгивание через веревочку (или гимнастическую палку), лежащую на полу, на двух ногах;  •Подползание под гимнастическую палку, расположенную на высоте 50 см от пола;  •Прокатывание двух мячей поочередно правой и левой рукой. | **•**Подпрыгивание до ладони воспитателя, находящейся выше под-нятых рук ребенка, слегка продвигаясь вперед;  •Проползание в вертикально стоящий обруч и в воротца с захватом мяча;  •Прокатывание мяча двумя руками и одной рукой друг другу, между предметами. |
| **Подвижные игры** | «Скати с горки» | «Пройди по мостику» | «Догоните меня» | «Кот и мыши» |
| **Мало - подвижныеигры** | Ходьба с остановкой по сигналу | Ходьба на носках и обычным шагом | Ходьба в колонне по одному | Ходьба в колонне по одному. Игра «Кто тише» |

**Март**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **Задачи** | Побуждать к двигательной активности. Учить разнообразно действовать с мячом. Обеспечивать укрепление здоровья детей. Способствовать развитию координации движений, умению сохранять определённое направление при метании предметов. | | | |
| **1-я часть:**  **Вводная** | Чередование ходьбы и бега, ходьба и бег между предметами, в колонне по одному, «змейкой». Ходить по кругу, взявшись за руки. Бег врассыпную. | | | |
|  | **I неделя** | **II неделя** | **III неделя** | **IV неделя** |
| **№ Занятия** | **№1, №2.** | **№3,№4.** | **№5, №6.** | **№7, №8.** |
| **ОРУ** | **с мячами** | **со скамейкой** | **с мячами** | **с флажками** |
| **2-я часть:**  **Основные**  **виды**  **движений** | **•**Бросание мяча воспитателю;  •Проползание заданного расстояния;  •Перепрыгивание через веревку, лежащую на полу. | •Прыжки на двух ногах с места как можно дальше;  •Перелезание через скамейку;  •Бросание мяча двумя руками воспитателю. | • Влезание на лестницу-стремянку (попытки);  • Прыжки на двух ногах как можно дальше;  • Прокатывание мячей двумя руками друг другу в произвольном направлении**.** | •Перепрыгивание через веревочку (или гимнастическую палку), лежащую на полу, на двух ногах;  •Проползание заданного расстояния до ориентира;  •Прокатывание мяча двумя и одной рукой друг другу. |
| **Подвижные игры** | «Кошка и мышки» | « Перепрыгни через ручеек» | «Курочка-хохлатка» | «Пройди по дорожке» |
| **Малоподвижные игры** | Ходьба в колонне по одному. | Ходьба. Ритмично хлопать в ладоши во время ходьбы. | Ходьба обычным шагом и на носках | Ходьба в колонне по одному обычным шагом и на носках |

**Апрель**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **Задачи** | Закреплять умение ходить по гимнастической скамейке , учить бросать и ловить мяч; способствовать развитию чувства равновесия и координации движений, развитию глазомера. Совершенствовать катание мяча друг другу, ползание по гимнастической скамейке и метание вдаль от груди. Развивать умение бросать предмет в определённом направлении. Воспитывать умение ждать сигнал воспитателя и действовать по сигналу. | | | |
| **1-я часть:**  **Вводная** | Ходьба и бег друг за другом со сменой направления, в колонне по одному, ходьба и бег в медленном и быстром темпе. Бег врассыпную. | | | |
|  | **I неделя** | **II неделя** | **III неделя** | **IV неделя** |
| **№ Занятия** | **№1, №2.** | **№3, №4.** | **№5, №6.** | **№7, №8.** |
| **ОРУ** | **без предметов** | **с кубиками** | **со стульчиками** | **с платочками** |
| **2-я часть:**  **Основные**  **виды**  **движений** | •Подползание под дугу;  •Прыжки с места на двух ногах как можно дальше;  •Прокатывание мяча одной и двумя руками под дугу. | • Прыжки на двух ногах на месте с подпрыгиванием до предмета, находящегося выше поднятых рук ребенка;  • Проползание под гимнастическую скамейку с захватом впереди стоящей игрушки;  • Прокатывание мяча одной рукой (правой и левой), бег за мячом. | Подпрыгивание до игрушки, находящейся выше поднятых рук ребенка;  Подползание под веревку (высота 30—40 см) с захватом стоящей впереди игрушки;  Катание мяча между предметами. | • Перепрыгивание через две параллельные линии;  • Влезание на лестницу-стремянку с помощью взрослого (попытки);  • Прокатывание мяча двумя и одной рукой друг другу, между предметами. |
| **Подвижные игры** | «Мишки идут по лесу» | «Воробышки и автомобиль» | «Солнышко и дождик» | «Птички в гнёздышках» |
| **Малоподвижныеигры** | Ходьба в колонне по одному с остановкой на сигнал воспитателя | Ходьба врассыпную и парами | Ходьба. «Кто тише» | Ходьба друг за другом обычным шагом и на носках |

**Май**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **Задачи** | . Воспитывать умение действовать самостоятельно. Формировать основные жизненно важные движения. Обеспечивать закаливание организма детей | | | |
| **1-я часть:**  **Вводная** | Ходьба и бег в колонне по одному и врассыпную за воспитателем со сменой направления. | | | |
|  | **I неделя** | **II неделя** | **III неделя** | **IV неделя** |
| **№ Занятия** | **№1, №2.** | **№3, №4.** | **№5, №6.** | **№7, №8.** |
| **ОРУ** | **с косичкой** | **с султанчиком** | **с погремушками** | **с кубиками** |
| **2-я часть:**  **Основные**  **виды**  **движений** | • Прыжки на двух ногах с места как можно дальше;  • Влезание на стремянку с помощью взрослого (попытки);  • Прокатывание мяча одной рукой (правой и левой поочередно) между двумя игрушками. | **•** Подпрыгивание до двух игрушек, находящихся выше поднятых рук ребенка, слегка продвигаясь вперед;  • Подползание под две скамейки, стоящие рядом;  • Прокатывание двух мячей поочередно (двумя руками) между предметами. | • Перелезание через бревно;  • Перепрыгивание через веревку, лежащую на полу;  • Прокатывание двух мячей поочередно правой и левой рукой в про¬извольном направлении | • Прыжки через две параллельные линии;  • Влезание на лестницу-стремянку (попытки);  • Прокатывание мяча под дугой поочередно правой и левой рукой |
| **Подвижные игры** | «Мой веселый, звонкий мяч» | «Солнышко и дождик» | «Попади в воротца» | «Воробышки и автомобиль» |
| **Малоподвижные игры** | Ходьба в колонне по одному обычным шагом и на носках | Ходьба. «Кто тише» | Ходьба за воспитателем по сигналу остановиться | Ходьба обыкновенным шагом и на носках |

**ИЮНЬ**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **Задачи** | Побуждать к двигательной активности. Учить разнообразно действовать с мячом. Обеспечивать укрепление здоровья детей. Способствовать развитию координации движений, умению сохранять определённое направление при метании предметов. | | | |
| **1-я часть:**  **Вводная** | Чередование ходьбы и бега, ходьба и бег между предметами, в колонне по одному, «змейкой». Ходить по кругу, взявшись за руки. Бег врассыпную. | | | |
|  | **I неделя** | **II неделя** | **III неделя** | **IV неделя** |
| **№ Занятия** | **№1, №2.** | **№3,№4.** | **№5, №6.** | **№7, №8.** |
| **ОРУ** | **с мячами** | **со скамейкой** | **с мячами** | **с флажками** |
| **2-я часть:**  **Основные**  **виды**  **движений** | **•**Бросание мяча воспитателю;  •Проползание заданного расстояния;  •Перепрыгивание через веревку, лежащую на полу. | •Прыжки на двух ногах с места как можно дальше;  •Перелезание через скамейку;  •Бросание мяча двумя руками воспитателю. | • Влезание на лестницу-стремянку (попытки);  • Прыжки на двух ногах как можно дальше;  • Прокатывание мячей двумя руками друг другу в произвольном направлении**.** | •Перепрыгивание через веревочку (или гимнастическую палку), лежащую на полу, на двух ногах;  •Проползание заданного расстояния до ориентира;  •Прокатывание мяча двумя и одной рукой друг другу. |
| **Подвижные игры** | «Кошка и мышки» | « Перепрыгни через ручеек» | «Курочка-хохлатка» | «Пройди по дорожке» |
| **Малоподвижные игры** | Ходьба в колонне по одному. | Ходьба. Ритмично хлопать в ладоши во время ходьбы. | Ходьба обычным шагом и на носках | Ходьба в колонне по одному обычным шагом и на носках |

**ИЮЛЬ**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **Задачи** | . Воспитывать умение самостоятельно действовать. Формировать основные жизненно важные движения. Обеспечивать закаливание организма детей. | | | |
| **1-я часть:**  **Вводная** | Ходьба и бег в колонне по одному между стульями, с флажком в руке. Бег врассыпную. Ходьба и бег с кубиками. | | | |
|  | **I неделя** | **II неделя** | **III неделя** | **IV неделя** |
| **№ Занятия** | **№1, №2.** | **№3,№4.** | **№5, №6.** | **№7, №8.** |
| **ОРУ** | **на мягких модулях** | **№1 без предметов** | **№3 с кубиками** | **№4 с платочками** |
| **2-я часть:**  **Основные**  **виды**  **движений** | •Прыжки на двух ногах с продвижением вперед (от игрушки к игрушке);  •Проползание в два вертикально стоящих обруча;  •Скатывание мяча с горки, скатывание вслед за ним.  •Проползание заданного расстояния, прокатывая мяч перед собой;  •Прокатывание мяча одной рукой между двумя игрушками. | **•**Подпрыгивание до двух игрушек, находящихся выше поднятых рук ребенка, слегка продвигаясь вперед;  •Подползание под двумя скамейками, стоящими рядом;  •Ловля мяча, брошенного воспитателем. | •Перепрыгивание через веревочку (или гимнастическую палку), лежащую на полу, на двух ногах;  •Подползание под гимнастическую палку, расположенную на высоте 50 см от пола;  •Прокатывание двух мячей поочередно правой и левой рукой. | **•**Подпрыгивание до ладони воспитателя, находящейся выше под-нятых рук ребенка, слегка продвигаясь вперед;  •Проползание в вертикально стоящий обруч и в воротца с захватом мяча;  •Прокатывание мяча двумя руками и одной рукой друг другу, между предметами. |
| **Подвижные игры** | «Скати с горки» | «Пройди по мостику» | «Догоните меня» | «Кот и мыши» |
| **Мало – подвижные игры** | Ходьба с остановкой по сигналу | Ходьба на носках и обычным шагом | Ходьба в колонне по одному | Ходьба в колонне по одному. Игра «Кто тише» |

**АВГУСТ**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **Задачи** | Воспитывать умение действовать самостоятельно. Формировать основные жизненно важные движения. Развивать интерес к участию в подвижных играх и физических упражнениях. Обеспечивать закаливание организма детей. | | | |
| **1-я часть:**  **Вводная** | Ходьба за машиной, которую везёт воспитатель. Ходьба и бег за воспитателем. Ходить, по кругу взявшись за руки. Чередование ходьбы и бега друг за другом в одном направлении. | | | |
|  | **I неделя** | **II неделя** | **III неделя** | **IV неделя** |
| **№ Занятия** | №1, №2. | №3, №4. | №5, №6. | №7, №8. |
| **ОРУ** | с кубиками | на мягких модулях | с кубиками | на мягких модулях |
| **2-я часть:**  **Основные**  **виды**  **движений** | • Прыжки на двух ногах на месте с мячом в руках;  • Проползание заданного расстояния с прокатыванием мяча перед собой;  • Прокатывание мяча одной рукой между двумя игрушками. | • Подпрыгивание до двух игрушек, находящихся выше поднятых рук ребенка, слегка продвигаясь вперед;  • Подползание под две скамейки, стоящие рядом;  • Прокатывание двух мячей поочередно (двумя руками). | • Перепрыгивание через веревку на двух ногах;  • Подползание под гимнастическую палку, расположенную на высоте 50 см от пола;  • Прокатывание двух мячей поочередно правой и левой рукой. | •Подпрыгивание до ладони воспитателя, находящейся выше под¬нятых рук ребенка, слегка продвигаясь вперед;  •Проползание в вертикально стоящий обруч с захватом мяча;  •Прокатывание мяча двумя и одной рукой друг другу, между пред-метами. |
| **Подвижные игры** | «Скати и догони» | «Догони мяч» | «Попрыгай как мячик » | «Прокати мяч и догони его» |
| **Малоподвижные игры** | Ходьба с остановками по сигналу | Ходьба. «Кто тише» | Ходьба за воспитателем | Ходьба друг за другом |

**2 МЛАДШЕЙ ГРУППЫ ПО ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ**

**СЕНТЯБРЬ**

|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Содержание организованной образовательной деятельности** | | | | | | | Интеграция  образовательных  областей |
| **Этапы**  **занятия** | **1-я неделя**  Тема: Детский сад | **2-я неделя**  Тема: Детский сад | **3-я неделя**  Тема: Осень | | **4-я неделя**  Тема: Осень | |
| *Здоровье:* формировать гигиенические навыки: умываться и мыть руки после физических упражнений и игр  *Безопасность:* формировать навыки безопасного поведения при выполнении бега, прыжков.  *Труд:* убирать физкультурный инвентарь и оборудование при проведении физкультурных занятий.  *Познание:* формировать навык ориентировки в пространстве при перестроениях, смене направления движения |
| **Планируемые результаты развития интегративных качеств**: умеют ходить и бегать всей группой в прямом направлении за воспитателем, владеют основными видами движений. Умеют строиться в колонну по одному. | | | | | | |
| **Вводная часть** | Ходьба и бег врассыпную, построение в одну колонну, ходьба и бег в колонне по одному, с выполнением заданий для рук. Построение в круг. | | | | | |
| **ОРУ** | Без предметов | Без предметов | | Без предметов | | Без предметов |
| **Основные виды движений** | 1.Ползание на четвереньках (4-6м.) "Пойдём как собачка"  2.Ходьба по прямой дорожке между линиями. Ширина 25 см. | 1. Ходьба по прямой дорожке (между двумя линиями). Ширина 25 см.  2.Катание мячей друг другу (расст. 1 м.) | | 1.Прыжки на двух ногах на месте.  2.Бег между двумя линиями (ширина 20 см). | | 1.Ползание на четвереньках с опорой на ладони и колени.  2.Ходьба и бег колонной по одному всем составом. |
| **Подвижные игры** | "Бегите ко мне" | "Догони мяч" | | "Догони мяч" | | "Найди свой домик" |
| **Заключитель-ная часть** | Ходьба за воспитателем "пойдём тихо, как мыши" | Ходьба спокойная на носках "не разбуди собачку" | | Ходьба стайкой за воспитателем. | | Игра м/п "Найди курочку" |

**ОКТЯБРЬ**

|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Содержание организованной образовательной деятельности** | | | | | | | Интеграция  образовательных  областей |
| **Этапы**  **занятия** | **1-я неделя**  Тема: Я и моя семья | **2-я неделя**  Тема: Я и моя семья | **3-я неделя**  Тема: Я в мире человек | | **4-я неделя**  Тема: Я в мире человек | |
| *Здоровье:* рассказывать о пользе утренней гимнастики и гимнастики после сна, приучать детей к ежедневному выполнению комплексов упражнений гимнастики.  *Безопасность:*  *Труд:* убирать физкультурный инвентарь и оборудование при проведении физкультурных занятий.  *Познание:* формировать навык ориентировки в пространстве при перестроениях, смене направления движения |
| **Планируемые результаты развития интегративных качеств**: владеют основными видами движений - ходьба, бег; при перепрыгивании приземляться на полусогнутые ноги. Энергично отталкивают мяч при прокатывании друг другу. | | | | | | |
| **Вводная часть** | Ходьба и бег в колонне по одному с остановкой на сигнал воспитателя. Ходьба с выполнением заданий для рук (вверх, вниз, в стороны). Построение в круг. | | | | | |
| **ОРУ** | С кубиками | С кубиками | | Без предметов | | Без предметов |
| **Основные виды движений** | 1.Ходьба и бег между двумя линиями (ширина 25 см).  2.Подпрыгивание на двух ногах на месте (под бубен) - "Достань до ленточки" | 1.Перепрыгивание ч/з шнур, положенный на пол прямо, правым и левым боком.  2.Катание мячей в прямом направлении. | | 1.Подлезание под шнур (высота 40-50 см), упираясь на предплечья и колени.  2. Ходьба по ребристой доске. | | 1.Катание мячей друг другу сидя, ноги в стороны (расст.1,5 м)  2. Ползание в прямом направлении, упираясь на предплечья и колени. |
| **Подвижные игры** | "Поезд" | "Наседка и цыплята" | | "Бегите к флажку" | | "Зайцы и волк" |
| **Заключитель-ная часть** | Игра м/п "Угадай, кто кричит?" | Игра м/п "Найди курочку" | | Игра м/п "Угадай, чей голосок?" | | Ходьба в колонне по одному. |

**НОЯБРЬ**

|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Содержание организованной образовательной деятельности** | | | | | | | Интеграция  образовательных  областей |
| **Этапы**  **занятия** | **1-я неделя**  Тема: Мой дом, моё село. | **2-я неделя**  Тема: Мой дом, моё село. | **3-я неделя**  Тема: Дикие и домашние животные | | **4-я неделя**  Тема: Дикие и домашние животные | |
| *Здоровье:* формировать гигиенические навыки: умываться и мыть руки после физических упражнений и игр  *Безопасность:* формировать навыки безопасного поведения при выполнении бега, прыжков.  *Труд:* убирать физкультурный инвентарь и оборудование при проведении физкультурных занятий.  *Коммуникация:* поощрять речевую активность детей в процессе двигательной активности, при обсуждении правил игры. |
| **Планируемые результаты развития интегративных качеств**: владеют основными видами движений -ходьба, бег, прыжки на двух ногах. Приземляются на полусогнутые ноги при спрыгивании с высоты, сохраняют равновесие при ходьбе по уменьшенной площади опоры. | | | | | | |
| **Вводная часть** | Ходьба и бег в колонне по одному, врассыпную. Ходьба с выполнением упражнений для рук (вверх, вниз, в стороны). на носках, в высоким подниманием коленей. Перестроение в 3 звена. | | | | | |
| **ОРУ** | Без предметов | Без предметов | | С флажками | | С флажками |
| **Основные виды движений** | 1.Ходьба и бег между двумя линиями (ширина 20 см).  2. Прыжки на одной, на двух ногах, продвигаясь вперёд (расст.2 м). | 1. Прыжки в обруч и из обруча.  2. Прокатывание мячей в прямом направлении. (Дети катят мячи и бегут за ними). | | 1. Ловить мяч от воспитателя и бросать его обратно. (расст. 1,5 м).  2.Ползание на четвереньках, переползая через препятствия. | | Подлезание под дугу (высота 50см) на четвереньках.  2.Ходьба и бег между двумя линиями. |
| **Подвижные игры** | "Найди свой домик" | "Трамвай" | | "Наседка и цыплята" | | "Зайцы и волк" |
| **Заключитель-ная часть** | Ходьба в колонне по одному | Ходьба в колонне по одному | | Игра м/п "Найди курочку" | | Ходьба в колонне по одному. |

**ДЕКАБРЬ**

|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Содержание организованной образовательной деятельности** | | | | | | | Интеграция  образовательных  областей |
| **Этапы**  **занятия** | **1-я неделя**  Тема: В гостях у сказки | **2-я неделя**  Тема: В гостях у сказки | **3-я неделя**  Тема: Новогодний праздник | | **4-я неделя**  Тема: Новогодний праздник | |
| *Здоровье:*рассказывать о пользе утренней гимнастики и гимнастики после сна, приучать детей к ежедневному выполнению комплексов упражнений гимнастики.  *Безопасность:*  *Труд:* убирать физкультурный инвентарь и оборудование при проведении физкультурных занятий.  *Коммуникация:* поощрять речевую активность детей при обсуждении правил игры.  *Познание*: формировать навык ориентировки в пространстве при перестроениях. |
| **Планируемые результаты развития интегративных качеств**: владеют основными видами движений -ходьба, бег, прыжки на двух ногах, ползание на четвереньках. Умеют ходить и бегать врассыпную, используя всю площадь зала, сохраняя равновесие. | | | | | | |
| **Вводная часть** | Ходьба и бег врассыпную, на носках, пятках, с высоким подниманием коленей. Перестроение в 2 звена. | | | | | |
| **ОРУ** | Без предметов | Без предметов | | Без предметов | | Без предметов |
| **Основные виды движений** | 1. Ходьба по доске(ширина 15 см), руки за голову.  2. Прыжки на двух ногах из обруча в обруч. | 1.Спрыгивание со скамейки (высота)20 см) на мат.  2.Катание мячей в прямом направлении. | | Катание мячей в ворота друг другу (расст.1.5-2 м).  2.Подлезание под дугу (высота 50см). | | 1. Подлезание под шнур, не касаясь руками пола (высота 50 см).  2.Ходьба по доске, руки на поясе. |
| **Подвижные игры** | "Наседка и цыплята" | "Поезд" | | "Воробышки и кот" | | "Птички и птенчики" |
| **Заключитель-ная часть** | Игра м/п"Снежинки" | Ходьба в колонне по одному. | | Ходьба в колонне по одному. | | Ходьба в колонне по одному. |

**ЯНВАРЬ**

|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Содержание организованной образовательной деятельности** | | | | | | | Интеграция  образовательных  областей |
| **Этапы**  **занятия** | **1-я неделя** | **2-я неделя** | **3-я неделя**  Тема: Зима | | **4-я неделя**  Тема: Зима | |
| *Здоровье:* формировать гигиенические навыки: умываться и мыть руки после физических упражнений и игр  *Безопасность:*  *Труд:* убирать физкультурный инвентарь и оборудование при проведении физкультурных занятий.  *Коммуникация:* поощрять речевую активность детей в процессе двигательной активности, при обсуждении правил игры.  *Познание:* учить двигаться в заданном направлении по сигналу: вперёд – назад, вверх-вниз |
| **Планируемые результаты развития интегративных качеств**: владеют основными видами движений -ходьба, бег, ползание, прыжки. Сохраняют устойчивое положение при ходьбе по доске, мягко приземляются на полусогнутые ноги. | | | | | | |
| **Вводная часть** | Ходьба в колонне по одному, парами. Ходьба и бег врассыпную, с остановкой на сигнал воспитателя. Перестроение в колонну по одному. | | | | | |
| **ОРУ** | Без предметов | Без предметов | | С кубиками | | С кубиками |
| **Основные виды движений** | 1. Ходьба по доске (ширина 10 см), руки на поясе.  2. Прыжки на двух ногах, продвигаясь вперёд (расст.2 м). | 1.Спрыгивание со скамейки (высота 15 см).  2.Прокатывание мяча вокруг кегли (кубика). | | 1.Катание мячей друг другу через ворота Расс. 1,5-2 м.  2.Подлезание под дугу, не касаясь руками пола. | | 1.Подлезание под шнур (высота 40 см), не касаясь руками пола.  2.Ходьба по доске, руки на поясе. |
| **Подвижные игры** | "Кролики" | "Трамвай" | | "Лягушки" | | "Найди свой цвет" |
| **Заключитель-ная часть** | Ходьба в колонне по одному. | Игра м/п "Найди собачку". | | Игра м/п "Угадай, кто кричит". | | Ходьба в колонне по одному. |

**ФЕВРАЛЬ**

|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Содержание организованной образовательной деятельности** | | | | | | | Интеграция  образовательных  областей |
| **Этапы**  **занятия** | **1-я неделя**  Тема: Мои любимые игрушки | **2-я неделя**  Тема: Мои любимые игрушки | **3-я неделя**  Тема: День защитника Отечества | | **4-я неделя**  Тема: День защитника Отечества | |
| *Здоровье:* рассказывать о пользе утренней гимнастики и гимнастики после сна, приучать детей к ежедневному выполнению комплексов упражнений гимнастики.  *Безопасность:*  *Труд:* учить самостоятельно переодеваться на физкультурные занятия,  убирать свою одежду  *Познание:* |
| **Планируемые результаты развития интегративных качеств**: владеют основными видами движений - ходьба, бег, ползание, прыжки. Прокатывают мяч в прямом направлении, спрыгивают со скамейки на полусогнутые ноги, пролезают в обруч, не касаясь руками пола. | | | | | | |
| **Вводная часть** | Ходьба и бег врассыпную. Построение в шеренгу. Ходьба и бег в колонне, перешагивая через предметы, с выполнением заданий для рук. | | | | | |
| **ОРУ** | Без предметов | Без предметов | | С кубиками | | С кубиками |
| **Основные виды движений** | 1.Ходьба, перешагивая через шнуры.  2.Прыжки из обруча в обруч. | 1.Спрыгивание со скамейки (выс.15см).  2.Прокатывание мячей в прямом направлении. | | 1. Бросанием мяча через шнур двумя руками.  2.Подлезание под шнур, не касаясь руками пола. | | 1.Пролезание в обруч, не касаясь руками пола.  2.Ходьба по доске. |
| **Подвижные игры** | "Мыши в кладовой" | "Птички в гнёздышках" | | "Воробышки и кот" | | "Найди свой цвет" |
| **Заключитель-ная часть** | Ходьба в колонне по одному. | Игра м/п "Угадай, кто кричит". | | Ходьба в колонне по одному. | | Ходьба в колонне по одному. |

**МАРТ**

|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Содержание организованной образовательной деятельности** | | | | | | | Интеграция  образовательных  областей |
| **Этапы**  **занятия** | **1-я неделя**  Тема: 8 Марта | **2-я неделя**  Тема: 8 Марта | **3-я неделя**  Тема**:** Народная культура и традиции | | **4-я неделя**  Тема: Народная культура и традиции | |
| *Здоровье:*формировать гигиенические навыки: умываться и мыть руки после физических упражнений и игр  *Безопасность:* формировать навыки безопасного поведения при выполнении бега, прыжков.  *Труд:* учить самостоятельно переодеваться на физкультурные занятия,  убирать свою одежду  *Познание:* учить двигаться в заданном направлении по сигналу: вперёд – назад, вверх-вниз. |
| **Планируемые результаты развития интегративных качеств**: владеют основными видами движений - ходьба, бег, ползание, прыжки. Бросают мяч двумя рукам и ловят его, прокатывают мяч между предметами. | | | | | | |
| **Вводная часть** | Ходьба и бег по кругу, построение в шеренгу. Построение в колонну по одному, перестроение в пары с помощью воспитателя. Перестроение в три звена. | | | | | |
| **ОРУ** | Без предметов | Без предметов | | С мячом | | С мячом |
| **Основные виды движений** | 1.Ходьба по шнуру, положенному прямо, приставляя пятку одной ноги к носку другой.  2.Прыжки на двух ногах, продвигаясь врерёд. | 1.Прыжки в длину с места (расст. м/у шнурами 10 см).  2.Прокатывание мяча между предметами. | | 1. Бросание мяча о землю и ловля его двумя руками.  2.Ползание по доске. | | 1. Влезание на наклонную лестницу.  2.Ходьба с перешагиванием через бруски. |
| **Подвижные игры** | "Кролики" | "Поезд" | | "Поймай комара" | | "Найди свой цвет" |
| **Заключитель-ная часть** | Игра м/п "Найди кролика" | Ходьба в колонне по одному. | | Ходьба в колонне по одному. | | Ходьба в колонне по одному. |

**АПРЕЛЬ**

|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Содержание организованной образовательной деятельности** | | | | | | | Интеграция  образовательных  областей |
| **Этапы**  **занятия** | **1-я неделя**  Тема: Весна | **2-я неделя**  Тема: Весна | **3-я неделя**  Тема: Весна | | **4-я неделя**  Тема: Весна | |
| *Здоровье:* формировать гигиенические навыки: умываться и мыть руки после физических упражнений и игр  *Безопасность:* формировать навыки безопасного поведения при выполнении бега, прыжков.  *Труд:* учить самостоятельно переодеваться на физкультурные занятия,  убирать свою одежду  *Коммуникация:* поощрять речевую активность детей в процессе двигательной активности, при обсуждении правил игры. |
| **Планируемые результаты развития интегративных качеств**: владеют основными видами движений - ходьба, бег, ползание, прыжки, бросают мяч вверх, об пол и ловят его двумя руками, влезают на наклонную лестницу. | | | | | | |
| **Вводная часть** | Ходьба и бег с остановкой по сигналу. Построение в шеренгу, проверка осанки, равнения. Ходьба с высоким подниманием колен, на носках, пятках, внутренней стороне стопы. | | | | | |
| **ОРУ** | Без предметов | Без предметов | | С ленточками | | С ленточками |
| **Основные виды движений** | 1. Ходьба по скамейке (высота 25 см).  2.Прыжки в длину с места | 1. Прыжки в длину с места (расст. между шнурами 15 см).  2.Бросание мяча о пол двумя руками. | | 1.Бросание мяча вверх и ловля его руками.  2.Ползание по доске. | | 1.Влезание на наклонную лесенку.  2.Ходьба по доске, руки на поясе. |
| **Подвижные игры** | "Наседка и цыплята" | "По ровненькой дорожке" | | "Лягушки" | | "Найди свой цвет" |
| **Заключитель-ная часть** | Игра м/п "Где цыплёнок?" | Ходьба в колонне по одному. | | Ходьба в колонне по одному. | | Игра м/п "Кто ушёл" |

**МАЙ**

|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Содержание организованной образовательной деятельности** | | | | | | | Интеграция  образовательных  областей |
| **Этапы**  **занятия** | **1-я неделя**  Тема: Профессии | **2-я неделя**  Тема: Профессии | **3-я неделя**  Тема: Транспорт | | **4-я неделя**  Тема: Транспорт | |
| *Здоровье:* формировать гигиенические навыки: умываться и мыть руки после физических упражнений и игр  *Безопасность:* формировать навыки безопасного поведения при выполнении бега, прыжков.  *Труд:* учить самостоятельно переодеваться на физкультурные занятия.  *Коммуникация:* поощрять речевую активность детей в процессе двигательной активности. |
| **Планируемые результаты развития интегративных качеств**: владеют основными видами движений - ходьба, бег, прыжки, ползание; влезают на наклонную лесенку. Бросают мяч о пол, ловят его двумя руками. Сохраняют равновесие при ходьбе по доске (скамейке). | | | | | | |
| **Вводная часть** | Ходьба и бег по кругу, построение в шеренгу, проверка осанки. Ходьба и бег врассыпную, с остановкой на сигнал. Ходьба с выполнением упражнений для рук. | | | | | |
| **ОРУ** | Без предметов | Без предметов | | С палкой | | С палкой |
| **Основные виды движений** | 1.Ходьба по скамейке (высота 30 см).  2.Перепрыгивание через шнуры . | 1.Прыжки в длину с места (расст. м/у шнурами 15 см).  2.Подбрасывание мяча вверх двумя руками. | | 1.Подбрасывание мяча вверх и ловля его двумя руками.  2.Ползание по скамейке. | | 1. Влезание на наклонную лесенку.  2. Ходьба по доске, руки на поясе. |
| **Подвижные игры** | "Мыши в кладовой" | "Поезд" | | "Воробышки и кот" | | "Найди свой цвет" |
| **Заключитель-ная часть** | Игра м/п "Где спрятался мышонок?" | Ходьба в колонне по одному. | | Ходьба в колонне по одному. | | Игра м/п "Съедобное - не съедобное" |

**ИЮНЬ**

|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Содержание организованной образовательной деятельности** | | | | | | | Интеграция  образовательных  областей |
| **Этапы**  **занятия** | **1-я неделя**  Тема: « Планета детства» | **2-я неделя**  Тема: « Планета детства» | **3-я неделя**  Тема: «Цветочный калейдоскоп» | | **4-я неделя**  Тема: «Цветочный калейдоскоп» | |
| *Здоровье:*формировать гигиенические навыки: умываться и мыть руки после физических упражнений и игр  *Безопасность:* формировать навыки безопасного поведения при выполнении бега, прыжков.  *Труд:* учить самостоятельно переодеваться на физкультурные занятия.  *Коммуникация:* поощрять речевую активность детей в процессе двигательной активности. |
| **Планируемые результаты развития интегративных качеств**: владеют основными видами движений - ходьба, бег, прыжки, ползание; влезают на наклонную лесенку. Бросают мяч о пол, ловят его двумя руками. Сохраняют равновесие при ходьбе по доске (скамейке). | | | | | | |
| **Вводная часть** | Ходьба и бег по кругу, построение в шеренгу, проверка осанки. Ходьба и бег врассыпную, с остановкой на сигнал. Ходьба с выполнением упражнений для рук. | | | | | |
| **ОРУ** | С мячом | Без предметов | | С палкой | | С палкой |
| **Основные виды движений** | 1. Ходьба по скамейке (высота 25 см).  2.Прыжки в длину с места | 1. Бросанием мяча через шнур двумя руками.  2.Подлезание под шнур, не касаясь руками пола | | 1.Подбрасывание мяча вверх и ловля его двумя руками.  2.Ползание по скамейке. | | 1. Влезание на наклонную лесенку.  2. Ходьба по доске, руки на поясе. |
| **Подвижные игры** | "Наседка и цыплята" | "Лягушки" | | "Поезд" | | "Найди свой цвет" |
| **Заключитель-ная часть** | Игра м/п "Кто ушёл" | Ходьба в колонне по одному. | | Ходьба в колонне по одному. | | Игра м/п "Съедобное - не съедобное" |

**ИЮЛЬ**

|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Содержание организованной образовательной деятельности** | | | | | | | Интеграция  образовательных  областей |
| **Этапы**  **занятия** | **1-я неделя**  Тема: «Азбука безопасности» | **2-я неделя**  Тема:«Азбука безопасности» | **3-я неделя**  Тема: «Солнце, воздух и вода лучшие друзья» | | **4-я неделя**  Тема: «Солнце, воздух и вода лучшие друзья» | |
| *Здоровье:* рассказывать о пользе утренней гимнастики и гимнастики после сна, приучать детей к ежедневному выполнению комплексов упражнений гимнастики.  *Безопасность:*  *Труд:* учить самостоятельно переодеваться на физкультурные занятия,  убирать свою одежду  *Познание:* формировать навык ориентировки в пространстве при перестроениях, смене направления движения |
| **Планируемые результаты развития интегративных качеств**: владеют основными видами движений - ходьба, бег, ползание, прыжки. Прокатывают мяч в прямом направлении, спрыгивают со скамейки на полусогнутые ноги, пролезают в обруч, не касаясь руками пола. | | | | | | |
| **Вводная часть** | Ходьба и бег врассыпную. Построение в шеренгу. Ходьба и бег в колонне, перешагивая через предметы, с выполнением заданий для рук. | | | | | |
| **ОРУ** |  | на мягких модулях | | С кубиками | | С кубиками |
| **Основные виды движений** | 1.Ходьба, перешагивая через шнуры.  2.Прыжки из обруча в обруч. | 1.Спрыгивание со скамейки (выс.15см).  2.Прокатывание мячей в прямом направлении. | | 1. Бросанием мяча через шнур двумя руками.  2.Подлезание под шнур, не касаясь руками пола. | | 1.Пролезание в обруч, не касаясь руками пола.  2.Ходьба по доске. |
| **Подвижные игры** | "Мыши в кладовой" | "Птички в гнёздышках" | | "Воробышки и кот" | | "Найди свой цвет" |
| **Заключитель-ная часть** | Ходьба в колонне по одному. | Игра м/п "Угадай, кто кричит". | | Ходьба в колонне по одному. | | Ходьба в колонне по одному. |

**АВГУСТ**

|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Содержание организованной образовательной деятельности** | | | | | | | Интеграция  образовательных  областей |
| **Этапы**  **занятия** | **1-я неделя**  Тема: « Любимый край» | **2-я неделя**  Тема: « Любимый край» | **3-я неделя**  Тема: «Если хочешь быть здоров» | | **4-я неделя**  Тема: «Если хочешь быть здоров» | |
| *Здоровье:* рассказывать о пользе утренней гимнастики и гимнастики после сна, приучать детей к ежедневному выполнению комплексов упражнений гимнастики.  *Безопасность:*  *Труд:* убирать физкультурный инвентарь и оборудование при проведении физкультурных занятий.  *Познание:* формировать навык ориентировки в пространстве при перестроениях, смене направления движения |
| **Планируемые результаты развития интегративных качеств**: владеют основными видами движений - ходьба, бег; при перепрыгивании приземляться на полусогнутые ноги. Энергично отталкивают мяч при прокатывании друг другу. | | | | | | |
| **Вводная часть** | Ходьба и бег в колонне по одному с остановкой на сигнал воспитателя. Ходьба с выполнением заданий для рук (вверх, вниз, в стороны). Построение в круг. | | | | | |
| **ОРУ** | С кубиками | С кубиками | | Без предметов | | Без предметов |
| **Основные виды движений** | 1.Ходьба и бег между двумя линиями (ширина 25 см).  2.Подпрыгивание на двух ногах на месте (под бубен) - "Достань до ленточки" | 1.Перепрыгивание ч/з шнур, положенный на пол прямо, правым и левым боком.  2.Катание мячей в прямом направлении. | | 1.Подлезание под шнур (высота 40-50 см), упираясь на предплечья и колени.  2. Ходьба по ребристой доске. | | 1.Катание мячей друг другу сидя, ноги в стороны (расст.1,5 м)  2. Ползание в прямом направлении, упираясь на предплечья и колени. |
| **Подвижные игры** | "Поезд" | "Наседка и цыплята" | | "Бегите к флажку" | | "Зайцы и волк" |
| **Заключитель-ная часть** | Игра м/п "Угадай, кто кричит?" | Игра м/п "Найди курочку" | | Игра м/п "Угадай, чей голосок?" | | Ходьба в колонне по одному. |

**средней группе ( 4-5 лет)**

**СЕНТЯБРЬ**

|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Содержание организованной образовательной деятельности** | | | | | | | **Интеграция**  **образовательных  областей** |
| **Темы**  **Этапы занятия** | **1-я неделя**  Тема: Детский сад | **2-я неделя**  Тема: Детский сад | **3-я неделя**  Тема: Осень | | **4-я неделя**  Тема: Осень | |
| ***Здоровье:***  формировать гигиенические навыки: умываться и мыть руки после физических упражнений и игр.  ***Безопасность:*** формировать навыки безопасного поведения при выполнении бега, прыжков, подбрасывании мяча, проведении подвижной игры.  ***Труд:*** учить самостоятельно переодеваться на физкультурные занятия,  убирать свою одежду.  ***Познание:*** формировать навык ориентировки в пространстве при перестроениях, смене направления движения |
| **Планируемые результаты развития интегративных качеств:** владеет основными видами движений и выполняет команды «вперёд, назад, вверх, вниз», умеет строиться в колонну по одному и ориентироваться в пространстве; владеет умением прокатывать мяч в прямом направлении; самостоятельно выполняет гигиенические процедуры, соблюдает правила поведения при их выполнении; знает и соблюдает правила безопасности при проведении занятий в спортивном зале и на улице | | | | | | |
| **Вводная часть** | Ходьба в колонне по одному, высоко поднимая колени, с остановкой на сигнал «Стоп»; бег  в колонне, врассыпную с высоким подниманием коленей, перестроение в три звена | | | | | |
| **ОРУ** | Без предметов | С флажками | | С мячом | | С обручем |
| **Основные виды движений** | 1. Ходьба и бег между двумя параллельными линиями (длина – 3м, ширина – 15см).  2. Прыжки на двух ногах с поворотом вправо и влево (вокруг обруча).  3. Ходьба и бег между двумя линиями  (ширина – 10см).  4. Прыжки на двух ногах с продвижением вперед до флажка | 1. Подпрыгивание на месте на двух ногах «Достань до предмета».  2. Прокатывание мячей друг другу, стоя на коленях.  3. Повтор подпрыгивания.  4. Ползание на четвереньках с подлезанием под дугу | | 1. Прокатывание мячей друг другу двумя руками, исходное положение – стоя на коленях.  2. Подлезание под шнур, не касаясь руками пола.  3. Подбрасывание мяча вверх и ловля двумя руками.  4. Подлезание под дугу, поточно 2 колоннами.  5. Прыжки на двух ногах между кеглями | | 1. Подлезание под шнур, не касаясь руками пола.  2. Ходьба по ребристой доске, положенной на пол, руки на поясе.  3. Ходьба по скамейке  (высота – 15см), пере-  шагивая через кубики, руки на поясе.  4. Игровое упражнение  с прыжками на месте на двух ногах |
| **Подвижные игры** | «Найди себе пару» | «Пробеги тихо» | | «Огуречик, огуречик» | | «Подарки» |
| **Малоподвиж-ные игры** | «Гуси идут купаться».  Ходьба в колонне  по одному | «Карлики и великаны» | | «Повторяй за мной».  Ходьба с положением рук: за спиной, в стороны, за головой | | «Пойдём в гости» |

**ОКТЯБРЬ**

|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Содержание организованной образовательной деятельности** | | | | | | | **Интеграция**  **образовательных  областей** |
| **Темы**  **Этапы занятия** | **1-я неделя**  Тема: Я в мире человек. Моя семья. | **2-я неделя**  Тема: Я в мире человек. Моя семья. | **3-я неделя**  Тема: Профессии | | **4-я неделя**  Тема: Профессии | |
| ***Здоровье:***рассказывать о пользе утренней гимнастики и гимнастики после сна, приучать детей к ежедневному выполнению комплексов упражнений гимнастики.  ***Коммуникация:***обсуждать пользу утренней гимнастики в детском саду и дома, поощрять высказывания детей.  ***Познание:***развивать глазомер и ритмичность шага при перешагивании через бруски.  ***Музыка:***разучивать упражнения под музыку в разном темпе, проводить музыкальные игры.  ***Труд:***учить готовить инвентарь перед началом проведения занятий  и игр |
| **Планируемые результаты развития интегративных качеств:** знает о пользе утренней зарядки и зарядки после сна; ориентируется в пространстве при изменении направления движения, при ходьбе и беге между предметами; умеет выполнять дыхательные упражнения при ходьбе на повышенной опоре; выразительно и пластично выполняет движения игры «Мыши за котом» и танцевальные движения игры «Чудо-остров» | | | | | | |
| **Вводная часть** | Ходьба и бег в колонне с изменением направления; бег между предметами; ходьба с перешагиванием через бруски; ходьба врассыпную, на сигнал – построение в шеренгу; с перешагиванием через шнуры, на пятках | | | | | |
| **ОРУ** | Без предметов | Со скакалками | | С кубиками | | С султанчиками |
| **Основные виды движений** | 1. Ходьба по гимнастической скамейке,  на середине – присесть.  2. Прыжки на двух ногах до предмета.  3. Ходьба по гимнастической скамейке  с мешочком на голове.  4. Прыжки на двух ногах до шнура, перепрыгнуть и пойти дальше | 1. Прыжки на двух ногах из обруча в обруч.  2. Прокатывание мяча друг другу, исходное положение – стоя на коленях.  3. Прокатывание мяча  по мостику двумя руками перед собой | | 1. Подбрасывание мяча вверх двумя руками.  2. Подлезание под дуги.  3. Ходьба по доске (ширина – 15см) с перешагиванием через кубики.  4. Прыжки на двух ногах между набивными мячами, положенными в две линии | | 1. Подлезание под шнур (40см) с мячом в руках, не касаясь руками пола.  2. Прокатывание мяча по дорожке.  3. Ходьба по скамейке  с перешагиванием через кубики.  4. Игровое задание «Кто быстрее» (прыжки на двух ногах с продвижением вперед, фронтально) |
| **Подвижные игры** | «Кот и мыши» | «Цветные автомобили» | | «Совушка», «Огуречик» | | «Мы – весёлые ребята», «Карусель» |
| **Малоподвиж-ные игры** | «Мыши за котом».  Ходьба в колонне за «котом» как «мыши», чередование  с обычной ходьбой | «Чудо-остров».  Танцевальные движения | | «Найди и промолчи» | | «Прогулка в лес».  Ходьба в колонне  по одному |

**НОЯБРЬ**

|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Содержание организованной образовательной деятельности** | | | | | | | **Интеграция**  **образовательных  областей** |
| **Темы**  **Этапы занятия** | **1-я неделя**  Тема: Мой город, моё село, моя страна. | **2-я неделя**  Тема: Мой город, моё село, моя страна. | **3-я неделя**  Тема: Дикие домашние животные | | **4-я неделя**  Тема: Дикие домашние животные | |
| ***Здоровье:*** рассказывать о пользе закаливания, приучать детей к обтиранию прохладной водой.  ***Коммуникация:*** обсуждать пользу закаливания, поощрять речевую активность.  ***Безопасность:*** формировать навыки безопасного поведения во время проведения закаливающих процедур, перебрасывания мяча друг другу разными способами.  ***Познание:*** учить двигаться в заданном направлении по сигналу: вперёд – назад, вверх-вниз |
| **Планируемые результаты развития интегративных качеств:** знает о пользе закаливания и проявляет интерес  к выполнению закаливающих процедур; соблюдает правила безопасности при выполнении прыжков на двух ногах с продвижением вперёд и через препятствия, владеет техникой перебрасывания мяча с учётом правил безопасности; знает значение и выполняет команды «вперёд, назад, кругом» при ходьбе на повышенной опоре; умеет соблюдать правила игры и меняться ролями в процессе игры | | | | | | |
| **Вводная часть** | Ходьба и бег по кругу, бег между предметами, на носках в чередовании с ходьбой, с изменением направления движения, высоко поднимая колени; бег врассыпную, с остановкой на сигнал | | | | | |
| **ОРУ** | Без предметов | Со скакалками | | С кубиками | | С султанчиками |
| **Основные виды движений** | 1. Прыжки на двух ногах через шнуры.  2. Перебрасывание мячей двумя руками снизу (расстояние 1,5м).  3. Прыжки на двух ногах, с продвижением вперед, перепрыгивая через шнуры.  4. Перебрасывание мячей друг другу двумя руками из-за головы (расстояние 2м) | 1. Ходьба по гимнастической скамейке, перешагивая через кубики.  2. Ползание по гимнастической скамейке на животе, подтягиваясь руками, хват с боков.  3. Ходьба по гимнастической скамейке с поворотом на середине.  4. Прыжки на двух ногах до кубика (3 м) | | 1. Ходьба по шнуру  (прямо), приставляя пятку одной ноги к носку другой, руки на поясе.  2. Прыжки через бруски (взмах рук).  3. Ходьба по шнуру  (по кругу).  4. Прыжки через бруски.  5. Прокатывание мяча между предметами, поставленными  в одну линию | | 1. Ходьба по гимнастической скамейке с мешочком на голове, руки на поясе.  2. Перебрасывание мяча вверх и ловля его двумя руками.  3. Игра «Переправься через болото». Подвижная игра «Ножки». Игровое задание «Сбей кеглю» |
| **Подвижные игры** | «Самолёты», «Быстрей к своему флажку» | «Цветные автомобили» | | «Лиса в курятнике» | | «У ребят порядок…» |
| **Малоподвиж-ные игры** | «Угадай по голосу» | «На параде».  Ходьба в колонне  по одному за ведущим  с флажком в руках | | «Найдём цыплёнка»,  «Найди, где спрятано» | | «Альпинисты».  Ходьба вверх и вниз  («в гору и с горы») |

**ДЕКАБРЬ**

|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Содержание организованной образовательной деятельности** | | | | | | | **Интеграция**  **образовательных  областей** |
| **Темы**  **Этапы занятия** | **1-я неделя**  Тема: В гостях у сказки. | **2-я неделя**  Тема: В гостях у сказки. | **3-я неделя**  Тема: Новогодний праздник | | **4-я неделя**  Тема: Новогодний праздник | |
| ***Здоровье:*** рассказывать о пользе дыхательных упражнений, приучать детей к ежедневному выполнению упражнений на дыхание по методике А. Стрельниковой.  ***Коммуникация:*** обсуждать с детьми виды дыхательных упражнений и технику их выполнения.  ***Безопасность*:** учить технике безопасного выполнения прыжков со скамейки и бега на повышенной опоре.  ***Социализация:*** формировать навык ролевого поведения при проведении игр и умение объединяться в игре со сверстниками |
| **Планируемые результаты развития интегративных качеств:** владеет техникой выполнения дыхательных упражнений по методике А. Стрельниковой и самостоятельно их выполняет; умеет задерживать дыхание во время выполнения ходьбы и бега на повышенной опоре; соблюдает технику безопасности при выполнении прыжков со скамейки и из обруча в обруч; проявляет инициативу в оказании помощи взрослым и детям | | | | | | |
| **Вводная часть** | Ходьба и бег в колонне по одному, перестроение в пары на месте, в три звена, между предметами (поставленными врассыпную), по гимнастической скамейке. Ходьба с поворотами на углах, со сменой ведущего. Бег врассыпную с нахождением своего места в колонне | | | | | |
| **ОРУ** | Без предметов | С малым мячом | | С кубиками | | С султанчиками |
| **Основные виды движений** | 1. Прыжки со скамейки (20см).  2. Прокатывание мячей между набивными мячами.  3. Прыжки со скамейки (25см).  4. Прокатывание мячей между предметами.  5. Ходьба и бег по ограниченной площади опоры (20см) | 1. Перебрасывание мячей друг другу двумя руками снизу.  2. Ползание на четвереньках по гимнастической скамейке.  3. Ходьба с перешагиванием через 5–6 набивных мячей | | 1. Ползание по наклонной доске на четвереньках, хват с боков  (вверх, вниз).  2. Ходьба по скамейке, руки на поясе.  3. Ходьба по гимнастической скамейке, на середине присесть, хлопок руками, встать и пройти дальше.  4. Прыжки на двух ногах из обруча в обруч | | 1. Ходьба по гимнастич. скамейке (на середине сделать поворот кругом).  2. Перепрыг. через кубики на двух ногах.  3. Ходьба c перешагиван. через рейки лестницы высотой 25см от пола.  4. Перебрасывание мяча друг другу стоя в шеренгах (2 раза снизу).  5. Спрыгивание с гимнастической скамейки |
| **Подвижные игры** | «Трамвай», «Карусели» | «Поезд» | | «Птичка в гнезде», «Птенчики» | | «Котята и щенята» |
| **Малоподвиж-ные игры** | «Катаемся на лыжах».  Ходьба в колонне  по одному с выполнением дыхательных упражнений | «Тише, мыши…».  Ходьба обычным шагом и на носках с задержкой дыхания | | «Прогулка в лес».  Ходьба в колонне  по одному | | «Не боюсь» |

**Январь**

|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Содержание организованной образовательной деятельности** | | | | | | | **Интеграция**  **образовательных  областей** |
| **Темы**  **Этапы занятия** | **1-я неделя** | **2-я неделя** | **3-я неделя**  Тема: Зима | | **4-я неделя**  Тема: Зима | |
| ***Здоровье:*** рассказывать о пользе массажа стопы, учить детей ходить босиком  по ребристой поверхности.  ***Коммуникация:*** обсуждать пользу массажа и самомассажа различных частей тела, формировать словарь.  ***Труд:***учить правильно подбирать предметы для сюжетно-ролевых  и подвижных игр.  ***Социализация:***формировать умение владеть способом ролевого поведения в игре и считаться с интересами товарищей.  ***Познание:***формировать умение двигаться в заданном  направлении, используя систему отсчёта.  ***Музыка:***учить выполнять движения, отвечающие характеру музыки |
| **Планируемые результаты развития интегративных качеств:** владеет умением передвигаться между предметами и сравнивать их по размеру; умеет ориентироваться в пространстве во время ходьбы и бега со сменой ведущего и в разных направлениях; знает понятие «дистанция» и умеет её соблюдать; владеет навыком самомассажа, умеет рассказать о пользе ходьбы по ребристой поверхности босиком; выполняет танцевальные движения с учётом характера музыки, проявляет интерес к участию в музыкальных играх | | | | | | |
| **Вводная часть** | Ходьба в колонне по одному, между предметами на носках. Бег между предметами, врассыпную с нахождением своего места в колонне, с остановкой по сигналу; со сменой ведущего, с выполнением заданий | | | | | |
| **ОРУ** | С мячом | С веревкой | | С обручем | | Без предметов |
| **Основные виды движений** | 1. Отбивание мяча одной рукой о пол  (4–5 раз), ловля двумя руками.  2. Прыжки на двух ногах (ноги врозь, ноги вместе) вдоль каната поточно.  3. Ходьба на носках между кеглями, поставленными в один ряд.  4. Перебрасывание мячей друг другу  (руки внизу) | 1. Отбивание мяча о пол (10–12 раз) фронтально по подгруппам.  2. Ползание по гимнастической скамейке  на ладонях и ступнях  (2–3 раза).  3. Прыжки на двух ногах вдоль шнура, перепрыгивая через него слева и справа (2–3 раза) | | 1. Подлезание под шнур боком, не касаясь руками пола.  2. Ходьба между предметами, высоко поднимая колени.  3. Ходьба по гимнастической скамейке, на середине – приседание, встать и пройти дальше, спрыгнуть.  4. Прыжки в высоту  с места «Достань до предмета» | | 1. Ходьба по гимнастической скамейке, на середине сделать поворот кругом и пройти дальше, спрыгнуть.  2. Перешагивание через кубики.  3. Ходьба с перешагиванием через рейки лестницы (высота 25см от пола).  4. Перебрасывание мячей друг другу, стоя в шеренгах (руки внизу) |
| **Подвижные игры** | «Найди себе пару» | «Самолёты» | | «Цветные автомобили» | | «Котята и щенята» |
| **Малоподвиж-ные игры** | «Ножки отдыхают».  Ходьба по ребристой доске (босиком) | «Зимушка-зима».  Танцевальные движения | | «Путешествие по реке».  Ходьба по «змейкой»  по верёвке, по косичке | | «Где спрятано?», «Кто назвал?» |

**ФЕВРАЛЬ**

|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Содержание организованной образовательной деятельности** | | | | | | | **Интеграция**  **образовательных  областей** |
| **Темы**  **Этапы занятия** | **1-я неделя**  Тема: Транспорт | **2-я неделя**  Тема: Транспорт | **3-я неделя**  Тема: День защитника Отечества | | **4-я неделя**  Тема: День защитника Отечества | |
| ***Здоровье:*** учить прикрывать рот платком при кашле и обращаться  к взрослым при заболевании.  ***Труд:***учить само-стоятельно готовить и убирать место проведения занятий и игр.  ***Социализация:***формировать навык оценки поведения своего  и сверстников  во время проведения игр.  ***Познание:*** учить  определять поло-  жение предметов в пространстве по отношению к себе: впереди-сзади, вверху-внизу |
| **Планируемые результаты развития интегративных качеств:** умеет соблюдать правила безопасности во время ходьбы и бега с изменением направления, по наклонной доске, перепрыгивая через шнуры; умеет проявлять инициативу в подготовке и уборке места проведения занятий и игр; умеет считаться с интересами товарищей и соблюдать правила подвижной или спортивной игры | | | | | | |
| **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** | Без предметов | С мячом | | С гантелями | | Без предметов |
| **Основные виды движений** | 1. Прыжки на двух ногах из обруча  в обруч.  2. Прокатывание мяча между предметами.  3. Прыжки через короткие шнуры  (6–8 шт.).  4. Ходьба по скамейке на носках (бег  со спрыгиванием) | 1. Перебрасыв. мяча друг другу двумя руками из-за головы.  2. Метание мешочков  в вертикальную цель правой и левой руками (5–6 раз).  3. Ползание по гимнастической скамейке на ладонях, коленях.  4. Прыжки на двух ногах между кубиками, поставленными в шахматном порядке | | 1. Ползание по наклонной доске на четвереньках.  2. Ходьба с перешагиван. через набивные мячи, высоко поднимая колени.  3. Ходьба с перешагиванием через рейки лестницы (высота  25см).  4. Прыжки на правой  и левой ноге до кубика (2м) | | 1. Ходьба и бег по наклонной доске.  2. Игровое задание «Перепрыгни через ручеек».  3. Игровое задание «Пробеги по мостику».  4. Прыжки на двух ногах из обруча в обруч |
| **Подвижные игры** | «У медведя во бору» | «Воробышки и автомобиль» | | «Перелёт птиц» | | «Кролики в огороде» |
| **Малоподвиж-ные игры** | «Считай до трёх».  Ходьба в сочетании с прыжком на счёт «три» | «По тропинке в лес».  Ходьба в колонне по одному | | «Ножки мёрзнут».  Ходьба на месте, с продвижением вправо, влево, вперёд, назад | | «Найди и промолчи» |

**МАРТ**

|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Содержание организованной образовательной деятельности** | | | | | | | **Интеграция**  **образовательных  областей** |
| **Темы**  **Этапы занятия** | **1-я неделя**  Тема: Мамин день | **2-я неделя**  Тема: Мамин день | **3-я неделя**  Тема: Знакомство с народной культурой и традициями | | **4-я неделя**  Тема: Знакомство с народной культурой и традициями | |
| ***Здоровье*:** формировать навык оказания первой помощи при травме.  ***Безопасность:*** учить соблюдать правила безопасности при выполнении прыжков в длину с места и через кубики, ходьбы и бега по наклонной доске.  ***Коммуникация:***  поощрять речевую активность детей в процессе двигательной активности, при обсуждении правил игры.  ***Познание:***рассказывать о пользе здорового образа жизни, расширять кругозор |
| **Планируемые результаты развития интегративных качеств:** соблюдает правила безопасности при выполнении прыжков в длину с места; умеет прокатывать мяч по заданию педагога: «далеко, близко, вперёд, назад», планировать последовательность действий и распределять роли в игре «Охотники и зайцы» | | | | | | |
| **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 обручем | С малым мячом | | С флажками | | С лентами |
| **Основные виды движений** | 1. Прыжки в длину  с места (фронтально).  2. Перебрасывание  мешочков через шнур.  3. Перебрасывание мяча через шнур двумя руками из-за головы (расстояние  до шнура 2м) и ловля после отскока (парами).  4. Прокатывание мяча друг другу (сидя, ноги врозь) | 1. Прокатывание мяча между кеглями, поставленными в один ряд  (1м).  2. Ползание по гимнастической скамейке на животе, подтягиваясь двумя руками.  3. Прокатывание мячей между предметами.  4. Ползание по гимнастической скамейке на ладонях и коленях с мешочками на спине | | 1. Лазание по наклонной лестнице, закрепленной за вторую рейку.  2. Ходьба по гимнастической скамейке на носках, руки в стороны.  3. Перешагивание через шнуры (6–8), положенные в одну линию.  4. Лазание по гимнастич. стенке с продвижен. вправо, спуск вниз.  5. Ходьба по гимнастич. скамейке, перешагивая через кубики, руки на поясе.  6. Прыжки на двух ногах через шнуры | | 1. Ходьба и бег по наклонной доске.  2. Перешагивание через набивные мячи.  3. Ходьба по гимнастической скамейке боком, приставным шагом, руки на поясе, на середине доски перешагивать через набивной мяч.  4. Прыжки на двух ногах через кубики |
| **Подвижные игры** | «Бездомный заяц» | «Подарки» | | «Охотники и зайцы» | | «Наседка и цыплята» |
| **Малоподвиж-ные игры** | «Замри».  Ходьба в колонне  по одному с остановкой на счёт «четыре» | «Эхо» | | «Найди зайца» | | «Возьми флажок» |

**АПРЕЛЬ**

|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Содержание организованной образовательной деятельности** | | | | | | | **Интеграция**  **образовательных  областей** |
| **Темы**  **Этапы занятия** | **1-я неделя**  Тема: Планета Земля | **2-я неделя**  Тема: Планета Земля | **3-я неделя**  Тема: Весна | | **4-я неделя**  Тема: Весна | |
| ***Здоровье:***рассказывать о пользе дыхательных упражнений по методике К. Бутейко.  ***Безопасность:*** учить правилам безопасности при метании предметов разными способами в цель.  ***Музыка:***вводить элементы ритмической гимнастики; учить запоминать комплекс упражнений ритмической гимнастики.  ***Чтение:*** подобрать стихи на тему «Журавли летят» и «Весёлые лягушата»,учить детей воспроизводить движения  в творческой форме, развивать воображение |
| **Планируемые результаты развития интегративных качеств:** соблюдает правила безопасности во время метания мешочка и знает значение понятий «дальше, ближе»; умеет соблюдать дистанцию при построении и движении на площадке, выполняет команды «направо, налево, кругом»; владеет техникой выполнения дыхательных упражнений по методу К. Бутейко; умеет выполнять упражнения ритмической гимнастики под счёт и определённое количество раз | | | | | | |
| **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 | С мячом | | С косичкой | | Без предметов |
| **Основные виды движений** | 1. Прыжки в длину  с места (фронтально).  2. Бросание мешочков в горизонтальную цель (3–4 раза) поточно.  3. Метание мячей в вертикальную цель.  4. Отбивание мяча  о пол одной рукой несколько раз | 1. Метание мешочков  на дальность.  2. Ползание по гимнастической скамейке  на ладонях и коленях.  3. Прыжки на двух ногах до флажка между предметами, поставленными в один ряд | | 1. Ходьба по гимнастической скамейке с перешагиванием через кубики.  2. Прыжки на двух ногах из обруча в обруч.  3. Ходьба по гимнастической скамейке приставным шагом, на середине – присесть, встать, пройти | | 1. Ходьба по наклонной доске (ширина 15см, высота 35см).  2. Прыжки в длину  с места.  3. перебрасывание мячей друг другу.  4. Прокатывание мяча вокруг кегли двумя руками |
| **Подвижные игры** | «Совушка» | «Воробышки и автомобиль» | | «Птички и кошки» | | «Котята и щенята» |
| **Малоподвиж-ные игры** | «Журавли летят».  Ходьба в колонне  по одному на носках с выполнением дыхательных упражнений | «Стоп» | | «Угадай по голосу» | | «Весёлые лягушата».  Танцевальные упражнения . |

**МАЙ**

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

**ИЮНЬ**

|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Содержание организованной образовательной деятельности** | | | | | | | Интеграция  образовательных  областей |
| **Этапы**  **занятия** | **1-я неделя**  Тема: « Планета детства» | **2-я неделя**  Тема: « Планета детства» | **3-я неделя**  Тема: «Цветочный калейдоскоп» | | **4-я неделя**  Тема: «Цветочный калейдоскоп» | |
| *Здоровье:* формировать гигиенические навыки: умываться и мыть руки после физических упражнений и игр  *Безопасность:* формировать навыки безопасного поведения при выполнении бега, прыжков.  *Труд:* убирать физкультурный инвентарь и оборудование при проведении физкультурных занятий.  *Познание:* формировать навык ориентировки в пространстве при перестроениях, смене направления движения |
| **Планируемые результаты развития интегративных качеств**: умеют ходить и бегать всей группой в прямом направлении за воспитателем, владеют основными видами движений. Умеют строиться в колонну по одному. | | | | | | |
| **Вводная часть** | Ходьба и бег врассыпную, построение в одну колонну, ходьба и бег в колонне по одному, с выполнением заданий для рук. Построение в круг. | | | | | |
| **ОРУ** | Без предметов | Без предметов | | Без предметов | | Без предметов |
| **Основные виды движений** | 1. Прыжки в длину  с места (фронтально).  2. Бросание мешочков в горизонтальную цель (3–4 раза) поточно.  3. Метание мячей в вертикальную цель.  4. Отбивание мяча  о пол одной рукой несколько раз | 1. Прокатывание мяча между кеглями, поставленными в один ряд  (1м).  2. Ползание по гимнастической скамейке на животе, подтягиваясь двумя руками.  3. Прокатывание мячей между предметами. | | 1. Перебрасывание мячей друг другу двумя руками снизу.  2. Ползание на четвереньках по гимнастической скамейке.  3. Ходьба с перешагиванием через 5–6 набивных мячей | | 1. Прыжки на двух ногах из обруча в обруч.  2. Прокатывание мяча друг другу, исходное положение – стоя на коленях.  3. Прокатывание мяча  по мостику двумя руками перед собой |
| **Подвижные игры** | «У медведя во бору» | «Кролики в огороде» | | «Бездомный заяц» | | «Воробышки и автомобиль» |
| **Заключитель-ная часть** | Ходьба в колонне  по одному с остановкой на счёт «четыре» | «Колпачок и палочка» | | «Считай до трёх».  Ходьба в сочетании с прыжком на счёт «три» | | «Возьми флажок» |

**ИЮЛЬ**

|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Содержание организованной образовательной деятельности** | | | | | | | **Интеграция**  **образовательных  областей** |
| **Этапы**  **занятия** | **1-я неделя**  Тема: «Азбука безопасности» | **2-я неделя**  Тема: «Азбука безопасности» | **3-я неделя**  Тема: «Солнце, воздух и вода лучшие друзья» | | **4-я неделя**  Тема: «Солнце, воздух и вода лучшие друзья» | |
| ***Здоровье:*формировать гигиенические навыки: умываться и мыть руки после физических упражнений и игр**  ***Безопасность:* формировать навыки безопасного поведения при выполнении бега, прыжков.**  ***Труд:* убирать физкультурный инвентарь и оборудование при проведении физкультурных занятий.**  ***Познание:* формировать навык ориентировки в пространстве при перестроениях, смене направления движения** |
| **Планируемые результаты** развития интегративных качеств: умеют ходить и бегать всей группой в прямом направлении за воспитателем, владеют основными видами движений. Умеют строиться в колонну по одному. | | | | | | |
| **Вводная часть** | Ходьба и бег врассыпную, построение в одну колонну, ходьба и бег в колонне по одному, с выполнением заданий для рук. Построение в круг. | | | | | |
| **ОРУ** | Без предметов | Без предметов | | Без предметов | | Без предметов |
| **Основные виды движений** | 1. Перебрасывание мячей друг другу двумя руками снизу.  2. Ползание на четвереньках по гимнастической скамейке.  3. Ходьба с перешагиванием через 5–6 набивных мячей | 1. Прыжки в длину  с места (фронтально).  2. Бросание мешочков в горизонтальную цель (3–4 раза) поточно.  3. Метание мячей в вертикальную цель.  4. Отбивание мяча  о пол одной рукой несколько раз | | 1. Прыжки на двух ногах из обруча в обруч.  2. Прокатывание мяча друг другу, исходное положение – стоя на коленях.  3. Прокатывание мяча  по мостику двумя руками перед собой | | 1. Прокатывание мяча между кеглями, поставленными в один ряд  (1м).  2. Ползание по гимнастической скамейке на животе, подтягиваясь двумя руками.  3. Прокатывание мячей между предметами. |
| **Подвижные игры** | «Бездомный заяц» | «Пробеги тихо» | | «Воробышки и автомобиль» | | «Кролики в огороде» |
| **Заключитель-ная часть** | «Где спрятано?», «Кто назвал?» | «Чудо-остров».  Танцевальные движения | | «Ворота» | | «У медведя во бору» |

**АВГУСТ**

|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Содержание организованной образовательной деятельности** | | | | | | | **Интеграция**  **образовательных  областей** |
| **Этапы**  **занятия** | **1-я неделя**  Тема:« Любимый край» | **2-я неделя**  Тема:« Любимый край» | **3-я неделя**  Тема: «Если хочешь быть здоров» | | **4-я неделя**  Тема:: «Если хочешь быть здоров» | |
| *Здоровье:* формировать гигиенические навыки: умываться и мыть руки после физических упражнений и игр  *Безопасность:* формировать навыки безопасного поведения при выполнении бега, прыжков.  *Труд:* убирать физкультурный инвентарь и оборудование при проведении физкультурных занятий.  *Познание:* формировать навык ориентировки в пространстве при перестроениях, смене направления движения |
| **Планируемые результаты** развития интегративных качеств: умеют ходить и бегать всей группой в прямом направлении за воспитателем, владеют основными видами движений. Умеют строиться в колонну по одному. | | | | | | |
| **Вводная часть** | Ходьба и бег врассыпную, построение в одну колонну, ходьба и бег в колонне по одному, с выполнением заданий для рук. Построение в круг. | | | | | |
| **ОРУ** | Без предметов | Без предметов | | Без предметов | | Без предметов |
| **Основные виды движений** | 1. Прокатывание мяча между кеглями, поставленными в один ряд  (1м).  2. Ползание по гимнастической скамейке на животе, подтягиваясь двумя руками.  3. Прокатывание мячей между предметами**.** | 1. Прыжки на двух ногах из обруча в обруч.  2. Прокатывание мяча друг другу, исходное положение – стоя на коленях.  3. Прокатывание мяча  по мостику двумя руками перед собой | | 1. Перебрасывание мячей друг другу двумя руками снизу.  2. Ползание на четвереньках по гимнастической скамейке.  3. Ходьба с перешагиванием через 5–6 набивных мячей | | 1. Прыжки в длину  с места (фронтально).  2. Бросание мешочков в горизонтальную цель (3–4 раза) поточно.  3. Метание мячей в вертикальную цель.  4. Отбивание мяча  о пол одной рукой несколько раз |
| **Подвижные игры** | « Самолеты» | «Найди себе пару» | | «У медведя во бору» | | «Подарки» |
| **Заключитель-ная часть** | «Зайцы и волк» | «Колпачок и палочка» | | «Считай до трёх».  Ходьба в сочетании с прыжком на счёт «три» | | «Прогулка в лес».  Ходьба в колонне  по одному |

**старшей группы (5-6 лет)**

**СЕНТЯБРЬ**

|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Содержание организованной образовательной деятельности** | | | | | | | **Интеграция**  **образовательных  областей** |
| **Этапы**  **занятия** | **1-я неделя**  Тема: День знаний | **2-я неделя**  Тема: День знаний | **3-я неделя**  Тема: Осень | | **4-я неделя**  Тема: Осень | |
| *Здоровье:* формировать гигиенические навыки.  *Социализация*: побуждать детей к самооценке и оценке действий сверстников во время проведения игр.  *Безопасность*: формировать навыки безопасного поведения в спортивном зале во время проведения прыжков с продвижением вперёд, перебрасывания мячей.  *Познание*: развивать восприятие предметов по форме, цвету, величине, расположению в пространстве во время ходьбы с перешагиванием через кубики.  *Коммуникация*: поощрять речевую активность детей в процессе двигательной деятельности. |
| **Планируемые результаты развития интегративных качеств:** владеет доступными своему возрасту видами движений (ходьба, бег, ползание, прыжки), проявляет активность в подвижных играх | | | | | | |
| **Вводная часть** | Ходьба и бег по одному, на носках, пятках, врассыпную, между предметами по сигналу, перестроение в 3 колонны, бег до одной минуты с высоким подниманием коленей, проверка осанки, ходьба в медленном, обычном и быстром темпе. | | | | | |
| **ОРУ** | Без предметов | Без предметов | | Без предметов | | Без предметов |
| **Основные виды движений** | 1. Ходьба с перешагиванием через кубики, через мячи.  2. Прыжки на двух ногах с продвижением вперёд, змейкой между предметами.  3. Перебрасывание мячей стоя в шеренгах, двумя руками снизу, после удара мяча об пол подбрасывать вверх двумя руками (не прижимая к груди).  4. Бег в среднем темпе до 1 минуты в чередовании с ходьбой, ползанием на четвереньках. | 1. Подпрыгивание на двух ногах «Достань до предмета» (4-6 раз).  2. Подбрасывание мяча вверх и ловля после хлопка.  3. Ползание по гимнастической скамейке на ладонях и коленях, на предплечьях и коленях.  4. Ходьба по канату, боком приставным шагом, руки на поясе, с мешочком на голове.  5. Перебрасывание мяча друг другу руками из-за головы. | | 1. Пролезание в обруч в группировке, боком, прямо.  2. Перешагивание через бруски с мешочком на голове.  3. Ходьба по гимнастической скамейке с мешочком на голове.  4. Прыжки на двух ногах с мешочками между коленями и ходьба «Пингвин». | | *Игровые задания*.  1. Быстро в колонну.  2. Пингвин.  3. Не промахнись (кегли, мешки).  4. По мостику (с мешочком на голове).  5. Мяч о стенку.  6. Достань до колокольчика. |
| **Подвижные игры** | "Мышеловка" | "Фигуры" | | "Удочка" | | "Мы весёлые ребята" |
| **Заключитель-ная часть** | Игра малой подвижности "У кого мяч?" | Игра малой подвижности "Найди и промолчи" | | Ходьба в колонне по одному | | Ходьба в колонне по одному, выполняя задания для рук |

**ОКТЯБРЬ**

|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Содержание организованной образовательной деятельности** | | | | | | | **Интеграция**  **образовательных  областей** |
| **Этапы**  **занятия** | **1-я неделя**  Тема: Я вырасту здоровым | **2-я неделя**  Тема: Я вырасту здоровым | **3-я неделя**  Тема: Профессии | | **4-я неделя**  Тема: Профессии | |
| *Здоровье:* расширять представление о компонентах здорового образа жизни (движение, солнце, воздух).  *Труд:* убирать физкультурный инвентарь и оборудование при проведении физкультурных занятий.  *Безопасность:* формировать навыки безопасного поведения во время проведения прыжков на двух ногах через шнуры, бросков мяча двумя руками.  *Познание:* развивать восприятие предметов по форме, цвету, величине, расположению в пространстве во время ходьбы с перешагиванием через кубики, через мячи.  *Коммуникация:* поощрять речевую активность детей в процессе двигательной деятельности. |
| **Планируемые результаты развития интегративных качеств: :** владеет доступными своему возрасту видами движений (ходьба, бег, ползание, прыжки), проявляет активность в подвижных играх; самостоятельно или при небольшой помощи взрослого выполняет закаливающие и гигиенические процедуры. | | | | | | |
| **Вводная часть** | Перестроение в колонну по одному и по два, ходьба и бег врассыпную, бег до одной минуты с перешагиванием через бруски; ходьба, по сигналу поворот в другую сторону, на носках, пятках, в чередовании, на внешних сторонах стопы. | | | | | |
| **ОРУ** | С малым мячом | С малым мячом | | Без предметов | | Без предметов |
| **Основные виды движений** | 1. Ходьба по гимнастической скамейке приставным шагом, перешагивая через кубики.  2. Прыжки на двух ногах через шнуры, прямо, боком.  3. Броски мяча двумя руками от груди, перебрасывание друг другу руками из-за головы.  4. Ходьба по гимнастической скамейке, на середине приседание, встать и пройти дальше. | 1.Спрыгивание со скамейки на полусогнутые ноги.  2. Переползание через препятствие.  3. Метание в горизонтальную цель левой и правой рукой.  4. Ползание на четвереньках между предметами, подлезание под дугу прямо и боком, не касаясь. | | 1. Пролезание через три обруча (прямо, правым и левым боком).  2. Прыжки на двух ногах через препятствие (высота 20 см).  3. Перелезание с преодолением препятствия.  4. Ходьба по гимнастической скамейке, на середине выполнить поворот, приседание, перешагивание через мяч. | | *Игровые задания.*  1. «Попади в корзину»  2. «Проползи – не задень».  3. «Не упади в ручей».  4. «На одной ножке по дорожке».  5. «Ловкие ребята» (с мячом).  6. «Перешагни – не задень». |
| **Подвижные игры** | «Перелёт птиц" | "Удочка" | | "Гуси,гуси..." | | "Ловишки" |
| **Заключитель-ная часть** | Малоподвижная игра «Найди и промолчи" | Малоподвижная игра  "Эхо" | | Малоподвижная игра "Летает- не летает" | | Ходьба в колонне по одному |

**НОЯБРЬ**

|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Содержание организованной образовательной деятельности** | | | | | | | **Интеграция**  **образовательных  областей** |
| **Этапы**  **занятия** | **1-я неделя**  Тема: День народного единства | **2-я неделя**  Тема: День народного единства | **3-я неделя**  Тема: Транспорт | | **4-я неделя**  Тема: Транспорт | |
| *Здоровье:* проводить комплекс закаливающих процедур, формировать гигиенические навыки; соблюдать порядок в своём шкафу.  *Безопасность:*  формировать навыки безопасного поведения во время ползания на четвереньках и по гимн.скамейке.  *Труд:*учить убирать физкультурный инвентарь и оборудование после проведения физкультурных упражнений.  *Коммуникация:* поощрять речевую активность детей в процессе двигательной деятельности.  *Познание:* ориентировать в окружающем пространстве.  *Социализация:* побуждать детей к самооценке и оценке действий сверстников во время проведения игр. |
| **Планируемые результаты развития интегративных качеств:** владеет доступными своему возрасту видами движений (ходьба, бег, ползание, прыжки, перестроение в колонну), проявляет активность в подвижных играх. | | | | | | |
| **Вводная часть** | Перестроение в шеренгу, колонну, повороты направо, налево, ходьба с высоким подниманием коленей, бег врассыпную, ме­жду кеглями, с изменением направления движения, перестроение в колонну по два и по три, ходьба и бег в чередовании с вы­полнением фигур | | | | | |
| **ОРУ** | С гимн.палками | С гимн.палками | | Без предметов | | Без предметов |
| **Основные виды движений** | 1. Ходьба по гимнастической скамейке с перекладыванием маленького мяча из правой руки в левую перед собой  2. Прыжки на правой и левой ноге между кеглями, по два прыжка на правой и левой ногах.  3. Перебрасывание мяча дву­ мя руками снизу; из-за голо­ вы.  4. Ходьба на носках, руки  за голову, между набивными мячами | 1. Ползание по гимнастиче­ской скамейке на животе, подтягивание двумя руками.  2. Ведение мяча с продвижением вперёд  3. Ползание на четвереньках, подталкивая головой набив­ ной мяч.  4. Ползание по гимнастиче­ской скамейке с опорой  на предплечье и колени | | 1. Подлезание под шнур бо­ком, прямо, не касаясь рука­ми пола.  2.Ходьба по гимнастической скамейке с мешочком на го­лове, руки на поясе.  3. Прыжки на правой и левой ноге между предметами.  4. Игра «Волейбол» (двумя мячами) | | *Игровые задания:*  **1.** «Брось и поймай».  2. «Высоко и далеко».  3. «Ловкие ребята» (прыжки через препятствие и на воз­вышение). |
| **Подвижные игры** | "Пожарные на учении" | "Не оставайся на полу" | | "Удочка" | | "Пожарные на учении" |
| **Заключитель-ная часть** | Малоподвижнач игра "Угадай по голосу" | Малоподвижнач игра "Съедобное-не съедобное" | | Ходьба в колонне по одному | | Малоподвижная игра "У кого мяч?" |

**ДЕКАБРЬ**

|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Содержание организованной образовательной деятельности** | | | | | | | **Интеграция**  **образовательных  областей** |
| **Этапы занятия** | **1-я неделя**  Тема: В гостях у сказки | **2-я неделя**  Тема: В гостях у сказки | **3-я неделя**  Тема: Новый год | | **4-я неделя**  Тема: Новый год | |
| *Здоровье:*  проводить комплекс закаливающих процедур (обливание ног), формировать гигиенические навыки.  *Безопасность:*  формировать навыки ориентироваться на местности.  *Труд:* следить за опрятностью одежды и причёски; учить убирать физкультурный инвентарь.  *Коммуникация:* поощрять речевую активность, обсуждать пользу соблюдения режима дня.  *Познание:* развивать восприятие предметов по расположению в пространстве во время подпрыгивания на 2-х ногах. |
| **Планируемые результаты развития интегративных качеств:** владеет доступными своему возрасту основными движениями (ходьба и бег по одному, на носках, пятках, врассыпную, между предметами по сигналу, перестроение в 3 колонны, подпрыгивание на двух ногах, подбрасывание мяча вверх); проявляет активность при участии в подвижных играх. | | | | | | |
| **Вводная часть** | Бег и ходьба между предметами, построение в шеренгу, проверка осанки, по кругу с поворотом в другую сторону, на сигнал «Сделать фигуру». Ходьба в полуприседе, широким шагом. | | | | | |
| **ОРУ** | С флажками | С флажками | | Без предметов | | Без предметов |
| **Основные виды движений** | 1. Ходьба по наклонной доске, закрепленной на гимнастиче­ской стенке, спуск по гимнастической стенке.  2. Ходьба по наклонной доске боком, приставным шагом.  3. Перешагивание через бру­ски, шнур, справа и слева от него.  4. Перебрасывание мяча дву­мя руками из-за головы, стоя на коленях | 1. Перебрасывание мяча дву­мя руками вверх и ловля по­сле хлопка.  2. Прыжки попеременно на правой и левой ноге до обозначенного места.  3. Ползание по гимнастиче­ской скамейке на животе, подтягиваясь руками.  4. Ходьба по гимнастической скамейке с мешочком на го­лове | | 1. Лазание по гимнастиче­ской стенке до верха.  2. Лазание разными способа­ ми, не пропуская реек.  3. Ходьба по гимнастической скамейке боком, приставным шагом, с мешочком на голо­ве.  4. Ползание по гимнастиче­ской скамейке с мешочком на спине.  5. Перебрасывание мяча друг другу двумя руками снизу  с хлопком перед ловлей | | *Игровые задания:*  1. Перепрыгивания между препятствиями.  2. Подбрасывание и прока­тывание мяча в различных положениях.  3. «Ловкие обезьянки» (лазание).  4. «Акробаты в цирке».  5. «Догони пару».  6. Бросание мяча о стенку. |
| **Подвижные игры** | "Ловишки с ленточками" | "Не оставайся на полу" | | "Охотники и зайцы" | | "Хитрая лиса" |
| **Заключитель-ная часть** | Игра "Сделай фигуру" | Малоподвижная игра "У кого мяч?" | | Малоподвижная игра "Летает-не летает" | | Ходьба в колонне по одному |

**ЯНВАРЬ**

|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Содержание организованной образовательной деятельности** | | | | | | | **Интеграция**  **образовательных  областей** |
| **Этапы**  **занятия** | **1-я неделя** | **2-я неделя** | **3-я неделя**  Тема: Зима | | **4-я неделя**  Тема: Зима | |
| *Здоровье:* рассказывать о режиме дня и о влиянии его на здоровье человека, формировать гигиенические навыки; знать предметы санитарии и гигиены.  *Безопасность:* формировать навыки безопасного поведения во время ползания под дугами, проведения подвижной игры.  *Труд:* учить постоянно поддерживать порядок в физкультурном зале.  *Коммуникация:* обсуждать пользу закаливания и физической культуры.  *Музыка:* вводить элементы ритмической гимнастики, проводить игры под музыку. |
| **Планируемые результаты развития интегративных качеств:** владеет соответствующими возрасту основными видами движений (ходьба, бег, ползание, прыжки, бросание, метание); самостоятельно и при небольшой помощи взрослого выполняет гигиенические процедуры (моет руки прохладной водой после окончания физических упражнений). | | | | | | |
| **Вводная часть** | Ходьба и бег между кубиками, положенными в шахматном порядке, по кругу, с перешагиванием через набивные мячи. Ходьба и бег с выполнением заданий. | | | | | |
| **ОРУ** | С кубиками | С кубиками | | Без предметов | | Без предметов |
| **Основные виды движений** | 1.Прыжки на правой и левой ноге между кубиками.  2.Ходьба по наклонной доске (высота 40 см, ширина 20 см).  3.Забрасывание мяча в корзину. | 1. Прыжки в длину с места.  2. Ползание под дугами, подталкивая мяч головой.  3. Бросание мяча вверх двумя руками, снизу друг другу, от груди.  4. Пролезание в обруч боком.  5. Ходьба с перешагиванием через набивные мячи с мешочком на голове. | | 1. Лазание по гимнастической стенке одноимённым способом.  2. Ходьба по гимнастической скамейке, приставляя пятку одной ноги к носку другой.  3.Прыжки через шнур - ноги врозь, ноги вместе.  4. Ведение мяча и забрасывание в баскетбольную корзину. | | *Игровые задания*:  1.Волейбол через сетку.  2. Пас друг другу мячом.  3. Ходьба по гимнастической скамейке, отбивая мяч об пол.  4. "Точный бросок"  5. "Мой весёлый звонкий мяч" |
| **Подвижные игры** | "Медведь и пчёлы" | "Совушка" | | "Хитрая лиса" | | "Мышеловка" |
| **Заключитель-ная часть** | Малоподвижная игра "Найди и промолчи" | Малоподвижная игра "Съедобное-не съедобное" | | Малоподвижная игра "Угадай, что изменилось" | | Ходьба в колонне по одному |

**ФЕВРАЛЬ**

|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Содержание организованной образовательной деятельности** | | | | | | | **Интеграция**  **образовательных  областей** |
| **Этапы**  **занятия** | **1-я неделя**  Тема: Наши верные друзья | **2-я неделя**  Тема: Наши верные друзья | **3-я неделя**  Тема: День защитника Отечества | | **4-я неделя**  Тема: День защитника Отечества | |
| *Здоровье:* проводить комплекс закаливающих процедур.  *Безопасность:* учить правилам использования спортивного инвентаря.  *Труд:* учить убирать физкультурный инвентарь и оборудование после проведения физкультурных упражнений и игр.  *Коммуникация:* обсуждать пользу закаливания и физической культуры  *Чтение худ.литературы:* проводить подвижную игру под текст стихотворения.  *Музыка*: вводить элементы ритмической гимнастики, проводить игры и упражнения под музыку. |
| **Планируемые результаты развития интегративных качеств:** владеет соответствующими возрасту основными движениями (ходьба, бег, ползание под палку, прыжки, метание, подбрасывание мяча), самостоятельно и при небольшой помощи взрослого выполняет гигиенические процедуры, аккуратно одевается, следит за осанкой при ходьбе; проявляет активность при участии в подвижной игре. | | | | | | |
| **Вводная часть** | Ходьба и бег врассыпную, в колонне по одному, бег до 1,5 минуты с изменением направления движения, ходьба и бег по кругу, проверка осанки и равновесия, построение в три колонны. | | | | | |
| **ОРУ** | С обручем | С обручем | | Без предметов | | Без предметов |
| **Основные виды движений** | 1. Ходьба по наклонной доске, бег, спуск шагом  2. Перепрыгивание через бруски толчком обеих ног прямо, правым и левым боком.  3. Забрасывание мяча в баскетбольное кольцо двумя руками из-за головы, от груди. | 1. Метание мешочков в вертикальную цель правой и левой рукой.  2. Ползание под палку, перешагивание через неё (высота 40см).  3. Прыжки на двух ногах через косички.  4. Подбрасывание мяча одной рукой, ловля двумя руками.  5. Прыжки в длину с места. | | 1. Лазание по гимнастической стенке одним и разными способами.  2. Ходьба по гимнастической скамейке, приставляя пятку одной ноги к носку другой, руки за головой.  3. Прыжки с ноги на ногу между предметами, поставленными в один ряд.  4. Подбрасывание мяча и ловля его правой и левой рукой. | | *Игровые задания:*  1. Проползи - не урони.  2.Ползание на четвереньках между кеглями.  3. "Прыгни и присядь"  4. "Догони мяч".  5. "Мяч через обруч" |
| **Подвижные игры** | "Перелёт птиц" | "Поймай палку" | | "Бег по расчёту" | | "Не оставайся на полу" |
| **Заключитель-ная часть** | "Зима" (мороз-стоять, вьюга-бегать, снег-кружиться, метель-присесть). | Малоподвижная игра "Сделай фигуру" | | Ходьба в колонне по одному. | | Ходьба в колонне по одному . |

**МАРТ**

|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Содержание организованной образовательной деятельности** | | | | | | | **Интеграция**  **образовательных  областей** |
| **Этапы**  **занятия** | **1-я неделя**  Тема: Международный женский день | **2-я неделя**  Тема: Международный женский день | **3-я неделя**  Тема: Народная культура и традиции | | **4-я неделя**  Тема: Народная культура и традиции | |
| *Здоровье:* проводить комплекс закаливающих процедур (прогулка на свежем воздухе).  *Безопасность:* формировать навыки безопасного поведения во время ходьбы по гимнастической скамейке боком.  *Труд:* учить детей постоянно убирать на своё место спортивный инвентарь.  *Коммуникация:* поощрять речевую активность детей, обсуждать влияние прогулок на свежем воздухе на здоровье человека.  *Социализация:* поощрять проявление смелости, взаимовыручки при выполнении физических упражнений.  *Музыка:* проводить игры и упражнения под музыку. |
| **Планируемые результаты развития интегративных качеств:** владеет соответствующими возрасту основными движениями (ходьба, бег, ползание под палку, прыжки, метание, подбрасывание мяча), самостоятельно и при небольшой помощи взрослого выполняет гигиенические процедуры, аккуратно одевается, следит за осанкой при ходьбе; проявляет активность при участии в подвижной игре. | | | | | | |
| **Вводная часть** | Ходьба в колонне по одному, на сигнал поворот в другую сторону, бег с поворотом, перестроение в колонну по одному и в круг. Ходьба мелкими и широкими шагами, перестроение в колонну по три. | | | | | |
| **ОРУ** | С малым мячом | С малым мячом | | С обручем | | С обручем |
| **Основные виды движений** | 1. Ходьба по канату боком приставным шагом с мешочком на голове.  2. Прыжки из обруча в обруч, через набивные мячи.  3. Перебрасывание мячей с отскоком от пола и ловля двумя руками с хлопком в ладоши.  4.Ходьба с перешагиванием через набивные мячи. | 1. Прыжок в высоту с разбега (высота 30 см).  2. Метание мешочков в цель правой си левой рукой.  3. Ползание на четвереньках и прыжки на двух ногах между кеглями.  4. Ползание по скамейке "по-медвежьи". | | 1. Ходьба по гимнастической скамейке боком, приставным шагом, на середине присесть, повернуться кругом и пройти дальше.  2.Прыжки правым и левым боком через косички, из обруча в обруч на одной и двух ногах.  3. Метание мешочка в горизонтальную цель.  4. Подлезание под дугу из 4-5 обручей подряд, не касаясь руками пола. | | *Игровые задания*:  1. "Кто выше прыгнет"  2. "Кто точно бросит"  3. "Не урони мешочек"  4. "Перетяни к себе"  5. "Кати в цель". |
| **Подвижные игры** | "Пожарные на учении" | "Медведь и пчёлы" | | "Не оставайся на полу" | | "Удочка" |
| **Заключитель-ная часть** | Малоподвижная игра "Кого не стало?" | Ходьба в колонне по одному. | | Малоподвижная игра "Угадай по голосу" | | Ходьба в колонне по одному. |

**АПРЕЛЬ**

|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Содержание организованной образовательной деятельности** | | | | | | | **Интеграция**  **образовательных  областей** |
| **Этапы**  **занятия** | **1-я неделя**  Тема: Космос | **2-я неделя**  Тема: Космос | **3-я неделя**  Тема: Весна | | **4-я неделя**  Тема: Весна | |
| *Здоровье:* проводить комплекс закаливающих процедур; расширять представление о важных компонентах ЗОЖ.  *Безопасность:* формировать навыки безопасного поведения во время ходьбы по гимнастической скамейке, метания мяча.  *Труд:* убирать физкультурный инвентарь и оборудование при проведении физкультурных занятий.  *Коммуникация:* обсуждать пользу закаливания и занятий физкультурой.  *Познание:* развивать восприятие предметов по цвету, форме, величине.  *Социализация:* создать педагогическую ситуацию, при которой дети могут проявить свои нравственные качества (отзывчивость, дружелюбие). |
| **Планируемые результаты развития интегративных качеств:** владеет соответствующими возрасту основными видами движения (ходьба по гимнастической скамейке, метание мяча в вертикальную цель, ходьба и бег по кругу, пролезание в обруч, прыжки через скакалку); самостоятельно и при небольшой помощи взрослого выполняет гигиенические процедуры (знает предметы санитарии и гигиены); проявляет активность при участии в подвижных играх. | | | | | | |
| **Вводная часть** | Ходьба по одному, ходьба и бег по кругу, врассыпную, с перешагиванием через шнуры, бег до 1 минуты в среднем темпе, ходьба и бег между предметами. | | | | | |
| **ОРУ** | Без предметов | Без предметов | | С малым мячом | | С малым мячом |
| **Основные виды движений** | 1. Ходьба по гимнастической скамейке с поворотом на 360\* на середине.  2. Прыжки из обруча в обруч на двух ногах правым и левым боком.  3. Метание в вертикальную цель правой и левой рукой.  4. Подбрасывание маленького мяча одной рукой и ловля двумя после отскока об пол. | 1. Прыжки через скакалку и с продвижением вперёд.  2.Прокатывание обруча друг другу.  3.Пролезание в обруч.  4. Ползание по скамейке "по-медвежьи".  5. Метание мешочков в вертикальную цель.  6."Мяч в круг" (футбол с водящим). | | 1. Лазание по гимнастической стенке одним способом.  2. Прыжки через скакалку.  3. Ходьба по канату боком, приставным шагом с мешочком на голове.  4. Прыжки через шнуры слева и справа, продвигаясь вперёд. | | *Игровые*: *задания:*  1. "Сбей кеглю"  2. "Пробеги - не задень  3."Догони обруч"  4. "Догони мяч"  5. "Кто быстрее до флажка" |
| **Подвижные игры** | "Медведь и пчёлы" | "Удочка" | | "Горелки" | | Эстафета "Передача мяча над головой" |
| **Заключитель-ная часть** | Малоподвижная игра "Сделай фигуру" | Малоподвижная игра "Кто ушёл?" | | Малоподвижная игра "Стоп" | | Малоподвижная игра "Снежинки кружатся" |

**МАЙ**

|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Содержание организованной образовательной деятельности** | | | | | | | **Интеграция**  **образовательных  областей** |
| **Этапы**  **занятия** | **1-я неделя**  Тема: День Победы! | **2-я неделя**  Тема: День Победы! | **3-я неделя**  Тема: Правила безопасности | | **4-я неделя**  Тема: Правила безопасности | |
| *Здоровье:* рассказывать о режиме дня и о его влиянии на здоровье человека.  *Безопасность:* формировать навыки безопасного поведения во время ходьбы, бега, прыжков.  *Труд:* учить детей постоянно убирать спортивный инвентарь на своё место.  *Коммуникация:* поощрять речевую активность детей, обсуждать пользу соблюдения режима дня.  *Познание:* развивать восприятие предметов по расположению в пространстве во время перестроения в колонну.  *Музыка*: сопровождать игровые упражнения музыкой. |
| **Планируемые результаты развития интегративных качеств:** владеет соответствующими возрасту основными видами движениями (прыжки на двух ногах через препятствия, перелезание с преодолением препятствия, прыжки в длину с разбега, пролезание через три обруча); самостоятельно и при небольшой помощи взрослого выполняет гигиенические процедуры; проявляет активность при участии в подвижных играх. | | | | | | |
| **Вводная часть** | Ходьба и бег между предметами, врассыпную между предметами; бег и ходьба с поворотом в другую сторону. | | | | | |
| **ОРУ** | Без предметов | Без предметов | | С флажками | | С флажками |
| **Основные виды движений** | 1. Ходьба по гимнастической скамейке, перешагивая через набивные мячи лицом, боком.  2.Прыжки с продвижением вперёд, с ноги на ногу, на двух ногах.  3. Перебрасывание мяча друг другу и ловля после отскока от пола. | 1. Прыжки в длину с разбега.  2. Ползание по скамейке "по-медвежьи".  3. Подлезание под дугу.  4. Перебрасывание мяча друг другу от груди.  5. Забрасывание мяча в корзину (баскетбол). | | 1. Ходьба по гимнастической скамейке, ударяя мячом о пол и ловля его двумя руками.  2.Ползание по гимнастической скамейке на животе, подтягиваясь руками.  3. Ходьба с перешагиванием через набивные мячи по скамейке.  4. Прыжки на правой и левой ноге между кеглями. | | 1.Ползание на спине по гимнастической скамейке, отталкиваясь ногами и руками.  2. Перебрасывание мячей друг другу из-за головы.  3.Забрасывание мяча в корзину.  4.Перебрасывание мяча через волейбольную сетку. |
| **Подвижная**  **игра** | "Караси и щука" | "Третий лишний" | | "Удочка" | | "Совушка" |
| **Заключитель-ная часть** | Малоподвижная игра "Что изменилось" | Малоподвижная игра "Эхо" | | Ходьба в колонне по одному с выполнением заданий для рук | | Ходьба в колонне по одному. |

**ИЮНЬ**

|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Содержание организованной образовательной деятельности** | | | | | | | **Интеграция**  **образовательных  областей** |
| **Этапы**  **занятия** | **1-я неделя**  Тема: Планета детства | **2-я неделя**  Тема: Планета детства | **3-я неделя**  Тема: «Цветочный калейдоскоп» | | **4-я неделя**  Тема: «Цветочный калейдоскоп» | |
| *Здоровье:* рассказывать о режиме дня и о его влиянии на здоровье человека.  *Безопасность:* формировать навыки безопасного поведения во время ходьбы, бега, прыжков.  *Труд:* учить детей постоянно убирать спортивный инвентарь на своё место.  *Коммуникация:* поощрять речевую активность детей, обсуждать пользу соблюдения режима дня.  *Познание:* развивать восприятие предметов по расположению в пространстве во время перестроения в колонну.  *Музыка*: сопровождать игровые упражнения музыкой. |
| **Планируемые результаты развития интегративных качеств: :** владеет доступными своему возрасту видами движений (ходьба, бег, ползание, прыжки), проявляет активность в подвижных играх; самостоятельно или при небольшой помощи взрослого выполняет закаливающие и гигиенические процедуры. | | | | | | |
| **Вводная часть** | Перестроение в колонну по одному и по два, ходьба и бег врассыпную, бег до одной минуты с перешагиванием через бруски; ходьба, по сигналу поворот в другую сторону, на носках, пятках, в чередовании, на внешних сторонах стопы. | | | | | |
| **ОРУ** | С малым мячом | С малым мячом | | С флажками | | С флажками |
| **Основные виды движений** | 1. Ходьба по гимнастической скамейке приставным шагом, перешагивая через кубики.  2. Прыжки на двух ногах через шнуры, прямо, боком.  3. Броски мяча двумя руками от груди, перебрасывание друг другу руками из-за головы.  4. Ходьба по гимнастической скамейке, на середине приседание, встать и пройти дальше. | 1.Спрыгивание со скамейки на полусогнутые ноги.  2. Переползание через препятствие.  3. Метание в горизонтальную цель левой и правой рукой.  4. Ползание на четвереньках между предметами, подлезание под дугу прямо и боком, не касаясь. | | 1. Пролезание через три обруча (прямо, правым и левым боком).  2. Прыжки на двух ногах через препятствие (высота 20 см).  3. Перелезание с преодолением препятствия.  4. Ходьба по гимнастической скамейке, на середине выполнить поворот, приседание, перешагивание через мяч. | | *Игровые задания.*  1. «Попади в корзину»  2. «Проползи – не задень».  3. «Не упади в ручей».  4. «На одной ножке по дорожке».  5. «Ловкие ребята» (с мячом).  6. «Перешагни – не задень». |
| **Подвижная**  **игра** | «Перелёт птиц" | "Удочка" | | "Гуси,гуси..." | | "Ловишки" |
| **Заключитель-ная часть** | Малоподвижная игра «Найди и промолчи" | Малоподвижная игра "Эхо" | | Малоподвижная игра "Летает- не летает | | Ходьба в колонне по одному. |

**ИЮЛЬ**

|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Содержание организованной образовательной деятельности** | | | | | | | **Интеграция**  **образовательных  областей** |
| **Этапы**  **занятия** | **1-я неделя**  Тема: «Азбука безопасности» | **2-я неделя**  Тема: «Азбука безопасности» | **3-я неделя**  Тема: « Солнце, воздух и вода лучшие друзья» | | **4-я неделя**  Тема : « Солнце, воздух и вода лучшие друзья» | |
| *Здоровье:* рассказывать о режиме дня и о его влиянии на здоровье человека.  *Безопасность:* формировать навыки безопасного поведения во время ходьбы, бега, прыжков.  *Труд:* учить детей постоянно убирать спортивный инвентарь на своё место.  *Коммуникация:* поощрять речевую активность детей, обсуждать пользу соблюдения режима дня.  *Познание:* развивать восприятие предметов по расположению в пространстве во время перестроения в колонну.  *Музыка*: сопровождать игровые упражнения музыкой. |
| **Планируемые результаты развития интегративных качеств:** владеет доступными своему возрасту основными движениями (ходьба и бег по одному, на носках, пятках, врассыпную, между предметами по сигналу, перестроение в 3 колонны, подпрыгивание на двух ногах, подбрасывание мяча вверх); проявляет активность при участии в подвижных играх. | | | | | | |
| **Вводная часть** | Бег и ходьба между предметами, построение в шеренгу, проверка осанки, по кругу с поворотом в другую сторону, на сигнал «Сделать фигуру». Ходьба в полуприседе, широким шагом. | | | | | |
| **ОРУ** | С флажками | С флажками | | Без предметов | | Без предметов |
| **Основные виды движений** | 1. Ходьба по наклонной доске, закрепленной на гимнастиче­ской стенке, спуск по гимнастической стенке.  2. Ходьба по наклонной доске боком, приставным шагом.  3. Перешагивание через бру­ски, шнур, справа и слева от него.  4. Перебрасывание мяча дву­мя руками из-за головы, стоя на коленях | 1. Перебрасывание мяча дву­мя руками вверх и ловля по­сле хлопка.  2. Прыжки попеременно на правой и левой ноге до обозначенного места.  3. Ползание по гимнастиче­ской скамейке на животе, подтягиваясь руками.  4. Ходьба по гимнастической скамейке с мешочком на го­лове | | 1. Лазание по гимнастиче­ской стенке до верха.  2. Лазание разными способа­ ми, не пропуская реек.  3. Ходьба по гимнастической скамейке боком, приставным шагом, с мешочком на голо­ве.  4. Ползание по гимнастиче­ской скамейке с мешочком на спине.  5. Перебрасывание мяча друг другу двумя руками снизу  с хлопком перед ловлей | | *Игровые задания:*  1. Перепрыгивания между препятствиями.  2. Подбрасывание и прока­тывание мяча в различных положениях.  3. «Ловкие обезьянки» (лазание).  4. «Акробаты в цирке».  5. «Догони пару».  6. Бросание мяча о стенку. |
| **Подвижная**  **игра** | "Ловишки с ленточками" | "Не оставайся на полу" | | "Охотники и зайцы" | | "Хитрая лиса" |
| **Заключитель-ная часть** | Игра "Сделай фигуру" | Малоподвижная игра "У кого мяч?" | | Малоподвижная игра "Летает-не летает" | | Ходьба в колонне по одному. |

**АВГУСТ**

|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Содержание организованной образовательной деятельности** | | | | | | | **Интеграция**  **образовательных  областей** |
| **Этапы**  **занятия** | **1-я неделя**  Тема: « Любимый край» | **2-я неделя**  Тема: « Любимый край» | **3-я неделя**  Тема: «Если хочешь быть здоров» | | **4-я неделя**  Тема: «Если хочешь быть здоров» | |
| *Здоровье:* рассказывать о режиме дня и о его влиянии на здоровье человека.  *Безопасность:* формировать навыки безопасного поведения во время ходьбы, бега, прыжков.  *Труд:* учить детей постоянно убирать спортивный инвентарь на своё место.  *Коммуникация:* поощрять речевую активность детей, обсуждать пользу соблюдения режима дня.  *Познание:* развивать восприятие предметов по расположению в пространстве во время перестроения в колонну.  *Музыка*: сопровождать игровые упражнения музыкой. |
| **Планируемые результаты развития интегративных качеств:** владеет соответствующими возрасту основными движениями (ходьба, бег, ползание под палку, прыжки, метание, подбрасывание мяча), самостоятельно и при небольшой помощи взрослого выполняет гигиенические процедуры, аккуратно одевается, следит за осанкой при ходьбе; проявляет активность при участии в подвижной игре. | | | | | | |
| **Вводная часть** | Ходьба в колонне по одному, на сигнал поворот в другую сторону, бег с поворотом, перестроение в колонну по одному и в круг. Ходьба мелкими и широкими шагами, перестроение в колонну по три. | | | | | |
| **ОРУ** | С малым мячом | С малым мячом | | С обручем | | С обручем |
| **Основные виды движений** | 1. Ходьба по канату боком приставным шагом с мешочком на голове.  2. Прыжки из обруча в обруч, через набивные мячи.  3. Перебрасывание мячей с отскоком от пола и ловля двумя руками с хлопком в ладоши.  4.Ходьба с перешагиванием через набивные мячи. | 1. Прыжок в высоту с разбега (высота 30 см).  2. Метание мешочков в цель правой си левой рукой.  3. Ползание на четвереньках и прыжки на двух ногах между кеглями.  4. Ползание по скамейке "по-медвежьи". | | 1. Ходьба по гимнастической скамейке боком, приставным шагом, на середине присесть, повернуться кругом и пройти дальше.  2.Прыжки правым и левым боком через косички, из обруча в обруч на одной и двух ногах.  3. Метание мешочка в горизонтальную цель.  4. Подлезание под дугу из 4-5 обручей подряд, не касаясь руками пола | | *Игровые задания*:  1. "Кто выше прыгнет"  2. "Кто точно бросит"  3. "Не урони мешочек"  4. "Перетяни к себе"  5. "Кати в цель". |
| **Подвижная**  **игра** | "Пожарные на учении" | "Медведь и пчёлы" | | Не оставайся на полу" | | "Удочка" |
| **Заключитель-ная часть** | Малоподвижная игра "Кого не стало?" | Ходьба в колонне по одному | | Малоподвижная игра "Угадай по голосу"" | | Ходьба в колонне по одному. |

**в подготовительной группе (6-7 лет)**

**СЕНТЯБРЬ**

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Содержание организованной образовательной деятельности** | | | | | **Интеграция**  **образовательных  областей** |
| **Темы**  **Этапы занятия** | **1-я неделя**  Тема: День знаний | **2-я неделя**  Тема: День знаний | **3-я неделя**  Тема: Осень | **4-я неделя**  Тема: Осень |
| ***Здоровье:***  проводить комплекс закаливающих процедур (воздушные ванны); формировать гигиенические навыки: приучать детей к мытью рук прохладной водой после окончания физ.упр. и игр; аккуратно одеваться и раздеваться; соблюдать порядок в своем шкафу  ***Социализация:***Переживают состояние эмоционального комфорта от собственной двигательной деятельности и своих сверстников, её, успешных результатов, сочувствуют спортивным поражениям и радуются спортивным победам  ***Безопасность:*** формировать навыки безопасного поведения при выполнении бега, прыжков, подбрасывании мяча, проведении подвижной игры.  ***Коммуникация:*** поощрять речевую активность детей в процессе двиг.активности, обсуждать пользу соблюдения режима дня  ***Труд:***убирать спортивный инвентарь при проведении физ.упражнений  ***Познание:*** формировать навык ориентировки в пространстве при перестроениях, смене направления движения |
| **Планируемые результаты развития интегративных качеств:** ходьба и бег в колонне по 1му с соблюдением дистанции и фиксированием поворотов, с различным положением рук, сохраняют равновесие на повышенной опоре, ходьба по скамейке прямо с мешочком на голове; правильно выполняют все виды основных движений; прыгают на 2х ногах из обруча в обруч, перебрасывают мяч друг другу.: 2мя руками снизу, из-за головы 3м.; самостоятельны в организации собственной оптимальной двигательной деятельности сверстников, в том числе п/и, уверенно анализируют их | | | | |
| **Вводная часть** | Построение в колонну по одному, расчет на первый второй, перестроение из одной в две колонны, ходьба на носках, пятках, с разным положением рук, бег в колонне, на носках, бег с выбрасыванием прямых ног вперед и забрасыванием их назад, челночный бег, с высоким подниманием колен. | | | |
| **ОРУ** | С малым мячом | На гимнастических скамейках | С палками | С обручем |
| **Основные виды движений** | 1. Ходьба по гимнастической скамейке с перешагиванием (боком приставным шагом).  2. Прыжки с места на мат( через набивные мячи)  3.Перебрасывание мячей, стоя в шеренгах, двумя руками снизу, ( из-за головы) 4. Ползание на животе по гимнастической скамейке | 1.Прыжки с поворотом «кругом» , доставанием до предмета.  2. Метание в горизонтальную цель, в вертикальную цель  3Пролезаниев обруч разноименными способами, пол шнур  4. Ходьба по гимнастической скамейке с перекатыванием перед собой мяча двумя руками, с мешочком на голове | 1. Лазание по гимнастической стенке с изменением темпа  2. Перебрасывание мяча через сетку  3. Ходьба по гимнастической скамейке, с приседанием на одной ноге другой махом вперед, сбоку скамейки  4. Прыжки через скакалку с вращением перед собой. | 1. Ползание по гимнастической скамейке на животе с подтягиванием руками  2.Ходьба по наклонной доске и спуск по гимн стенке  3.Прыжки с места вдаль  4. Перебрасывание мяча из одной руки в другую  5. Упражнение «крокодил» |
| **Подвижные игры** | «Совушка» | «Перемени предмет» | «Ловишка, бери ленту» | «Горелки» |
| **Малоподвиж-ные игры** | «Найди и промолчи». | «Дует, дует ветерок» | Ходьба с выполнением заданий дыхательные упражнения | «Подойди не слышно» |

**ОКТЯБРЬ**

|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Содержание организованной образовательной деятельности** | | | | | | | **Интеграция**  **образовательных  областей** |
| **Темы**  **Этапы занятия** | **1-я неделя**  Тема: Моё село. Мая страна. Моя планета. | **2-я неделя**  Тема: Моё село. Мая страна. Моя планета. | | **3-я неделя**  Тема: Профессии | | **4-я неделя**  Тема: Профессии |
| ***Здоровье:***; проводить комплекс закаливающих процедур (ножные ванны); расширять представление о важных компонентах ЗОЖ (движение, солнце, воздух).  ***Социализация:***создать педагогическую ситуацию, при которой дети могут проявить свои нравственные качества (доброту, отзывчивость, терпение, дружелюбие).  ***Коммуникация***обсуждать пользу проведения ежедневной утренней гимн., зависимость здоровья от правильного питания  ***Труд:*** учить следить за чистотой спортивного инвентаря  ***Познание:***развивать восприятие предметов по форме, цвету, величине, расположению в пространстве во время ходьбы с перешагиванием ч/з кубики, мячи.  ***Музыка:***продолжатьвводить элементы ритмической гимнастики; проводить игры и упражнения под музыку |
| **Планируемые результаты развития интегративных качеств:** владеет соответствующими возрасту основными движениями (ходьба, бег, ползание,прыжки, бросание, метание); самостоятельно и при небольшой помощи выполняет гигиенические и закаливающие процедуры; аккуратно одеваться и раздеваться; соблюдает порядок в своем шкафу); проявляет активность при участии в п/и, выполнении простейших танцевальных движений во время ритмической гимн.; выражает положительные эмоции (радость, удовольствие) при выполнении упражнений .ритмической гимнастики под музыку. | | | | | | |
| **Вводная часть** | Перестроение в колонне по одному и по 2, ходьба и бег врассыпную, бег до 1 мин. с перешагиванием ч/з бруски; по сигналу поворот в другую сторону, ходьба на носках, пятках, в чередовании, на внешних сторонах стопы. | | | | | |
| **ОРУ** | С малым мячом | Без предметов | С веревочкой | | С султанчиками(под музыку) | |
| **Основные виды движений** | 1. Прыжки, спрыгивание со скамейки на полусогнутые ноги..  2. Ходьба по скамейке с высоким подниманием прямой ноги и хлопок под ней  3Метание в горизонтальную цель правой и левой рукой.  4. Ползание на четвереньках, подлезаниепод дугу прямо и боком | 1. Ходьба по скамейке приставным шагом, перешагивая ч/з кубики.  2. Прыжки на двух ногах с мешочком зажатым между ног  3Броски мяча двумя руками от груди, передача друг другу из-за головы.  4.Лазание по гимн стенке  . | 1. Пролезание через три обруча (прямо, боком).  2Прыжки на двух ногах через препятствие (высота 20 см), прямо, боком..  3. Перелезание с преодолением препятствия.  4. Ходьба по скамейке, на середине порот, перешагивание через мяч | | 1.Ходьба по узкой скамейке  2..Прыжки через веревочку на одной ноге, продвигаясь вперед  3.Перебрасывание мяча друг другу на ходу  4. Ползание по гимнастической скамейке спиной вперед, ноги на вису | |
| **Подвижные игры** | «Удочка» | «Жмурки» | «Гуси-гуси» | | «Мы – весёлые ребята», | |
| **Малоподвиж-ные игры** | «Съедобное – не съедобное» | «Чудо-остров».  Танцевальные движения | «Найди и промолчи» | | «Летает-не летает». | |

**НОЯБРЬ**

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

**ДЕКАБРЬ**

|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Содержание организованной образовательной деятельности** | | | | | | | **Интеграция**  **образовательных  областей** |
| **Темы**  **Этапы занятия** | **1-я неделя**  Тема: В гостях у сказки | **2-я неделя**  Тема: В гостях у  сказки | **3-я неделя**  Тема: Новый год | | **4-я неделя**  Тема: Новый год | |
| ***Здоровье:*** рассказывать о пользе дыхательных упражнений, приучать детей к ежедневному выполнению элементов упражнений на дыхание по методике А. Стрельниковой.  ***Социализация:***формировать навык ролевого поведения при проведении игр и умение объединяться в игре со сверстниками  ***Коммуникация:*** обсуждать с детьми виды дыхательных упражнений и технику их выполнения.  ***Безопасность*:** учить технике безопасного выполнения прыжков со скамейки и бега на повышенной опоре.  ***Труд:*** Следить за опрятностью своей физкультурной формы и прически, убирать физкультурный инвентарь и оборудование |
| **Планируемые результаты развития интегративных качеств:** владеет техникой выполнения дыхательных упражнений по методике А. Стрельниковой и самостоятельно их выполняет; умеет задерживать дыхание во время выполнения ходьбы и бега на повышенной опоре; соблюдает технику безопасности при выполнении прыжков со скамейки и из обруча в обруч; проявляет инициативу в оказании помощи взрослым и детям | | | | | | |
| **Вводная часть** | Построение в колонну , перестроение в круг, в две, в три колонны, повороты вправо, влево,ходьба и бег по кругу, бег змейкой, по диагонали, на носках, пятках, в чередовании с ходьбой, с изменением направления движения, высоко поднимая колени. Дыхательные упражнения | | | | | |
| **ОРУ** | Без предметов | С мячом | | С обручами | | С султанчиками под музыку |
| **Основные виды движений** | 1. Прыжки из глубокого приседа  2. Ходьба по гимнастической скамейке с приседанием  3Метание набивного мяча вдаль  4.Ползание по гимнастической скамейке спиной вперед | 1. Перебрасывание мячей друг другу двумя руками вверх и ловля после хлопка.  2. Ползание по гимнастической скамейке на животе, подтягиваясь двумя руками.  3. Ходьба с перешагиванием через 5–6 набивных мячей  4. Лазание по гимнастической стенке с переходом на другой пролет  5. Прыжки на двух ногах через шнур (две ноги по бокам- одна нога в середине) | | 1. Лазание по гимнастической стенке разноименным способом(вверх, вниз).  2. Метание мешочков вдаль правой и левой рукой.  3. Ходьба по гимнастической скамейке, на середине присесть, хлопок руками, встать и пройти дальше.  4. Прыжки на двух ногах из обруча в обруч | | 1.Ходьба по гимн скамейке с отбиванием мяча о пол  2. Прыжки с разбега на мат  3. Метание в цель  4.Ползание на четвереньках с прогибом спины внутрь(кошечка) и с мешочком на спине |
| **Подвижные игры** | «Хитрая лиса» | «Охотники и зайцы» | | «Пожарные на ученьях» | | «Два мороза» |
| **Малоподвижные игры** | «Фигуры». | «Тише-едешь, дальше-будешь». | | «Найди ипромолчи» | | «Подарки» |

**Январь 2**

|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Содержание организованной образовательной деятельности** | | | | | | | **Интеграция**  **образовательных  областей** |
| **Темы**  **Этапы занятия** | **1-я неделя** | **2-я неделя** | | **3-я неделя**  Тема: Зима | | **4-я неделя**  Тема: Зима |
| ***Здоровье:*** рассказывать о пользе массажа стопы, учить детей ходить босиком  по ребристой поверхности.  ***Коммуникация:*** обсуждать пользу массажа и самомассажа различных частей тела, формировать словарь.  ***Труд:***учить правильно подбирать предметы для сюжетно-ролевых  и подвижных игр.  ***Социализация:***формировать умение владеть способом ролевого поведения в игре и считаться с интересами товарищей.  ***Познание:***формировать умение двигаться в заданном  направлении, используя систему отсчёта.  ***Музыка:***учить выполнять движения, отвечающие характеру музыки |
| **Планируемые результаты развития интегративных качеств:** владеет умением передвигаться между предметами и сравнивать их по размеру; умеет ориентироваться в пространстве во время ходьбы и бега;владеет соответствующими возрасту основными движениями (пролезание ч/з обруча, прыжки на 2х ногах через препятствие, перелезание с преодолением препятствия); самостоятельно и при небольшой помощи взрослого выполняет гигиенические процедуры (моет руки прохладной водой после окончания физических упр. и игр; аккуратно одеваться и раздеваться; соблюдает порядок в своем шкафу); проявляет активность при участии в п/и,.; выполняет танцевальные движения с учётом характера музыки, проявляет интерес к участию в музыкальных играх | | | | | | |
| **Вводная часть** | Построение в колонну , перестроение в круг, в две, в три колонны, повороты вправо, влево, ходьба и бег по кругу, бег змейкой, по диагонали, на носках, пятках, в чередовании с ходьбой, с изменением направления движения, высоко поднимая коленис выполнением заданий, челночный бег | | | | | |
| **ОРУ** | С палкой | С мячом | С гирями | | С султанчиками под музыку | |
| **Основные виды движений** | 1.Ходьба по наклонной доске(40см).  2. Прыжки в длину с места  3. Метание в обручиз положения стоя на коленях (правой и левой)  4. Ходьба по гимн.скамейке с перебрасыванием малого мяча из одной руки в другую | 1. Ходьба с перешагиванием, с мешочком на голове.  2. Ползание по гимнастической скамейке спиной вперед – ноги на вису  3. Прыжки через веревочку (две ноги с боку – одна в середине)  4.Ведение мяча на ходу (баскетбольный вариант) | 1. Подлезание под шнур боком, не касаясь руками пола.  2. Ходьба по узенькой рейке прямо и боком  3. Прыжки в высоту  с места «Достань до предмета»  4.Перебрасывание мяча снизу друг другу  5. Кружение парами | | 1. Ходьба по гимнастической скамейке, на середине сделать поворот кругом и пройти дальше, спрыгнуть, с перешагиванием через рейки  2.Прыжки в длину с места.  3. Метание мяча в вертикальную цель  4. Пролезание в обруч правым и левым боком | |
| **Подвижные игры** | «Ловишка с мячом» | «Догони свою пару» | «Ловля обезъян» | | «Мы веселые ребята» | |
| **Малоподвиж-ные игры** | «Ножки отдыхают».  Массаж стоп мячами ежиками | «Зимушка-зима».  Танцевальные движения | «Затейники» | | «Две ладошки»музыкальная | |

**ФЕВРАЛЬ**

|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Содержание организованной образовательной деятельности** | | | | | | | **Интеграция**  **образовательных  областей** |
| **Темы**  **Этапы занятия** | **1-я неделя**  Тема: Транспорт | **2-я неделя**  Тема: Транспорт | **3-я неделя**  Тема: День защитника Отечества | | **4-я неделя**  Тема: День защитника Отечества | |
| ***Здоровье:*** рассказывать о пользе закаливания, приучать детей к обтиранию прохладной водой.  ***Социализация:***побуждать детей к самооценке и оценке действий и поведения сверстников во время игр  ***Коммуникация:*** обсуждать пользу закаливания, поощрять речевую активность.  ***Безопасность:*** формировать навыки безопасного поведения во время проведения закаливающих процедур, перебрасывания мяча друг другу разными способами.  ***Познание:*** учить двигаться в заданном направлении по сигналу: вперёд – назад, вверх-вниз  ***Труд:***учить правильно подбирать предметы для сюжетно-ролевых  и подвижных игр |
| **Планируемые результаты развития интегративных качеств:** знает о пользе закаливания и проявляет интерес  к выполнению закаливающих процедур; соблюдает правила безопасности при выполнении прыжков на двух ногах с продвижением вперёд и через препятствия, владеет техникой перебрасывания мяча с учётом правил безопасности; знает значение и выполняет команды «вперёд, назад, кругом» при ходьбе на повышенной опоре; умеет соблюдать правила игры и меняться ролями в процессе игры | | | | | | |
| **Вводная часть** | Ходьба по диагонали, змейкой, бег в колонне по одному, на носках в чередовании с ходьбой, с изменением направления движения, бег боком(правое-левое плечо вперед) , перестроение в круг и три колонны, бег до 2 мин., ходьба с выполнением заданий | | | | | |
| **ОРУ** | Без предметов | Со скакалками | | С палками парами | | С султанчиками под музыку |
| **Основные виды движений** | 1. Ходьба по скамейке боком приставным шагом  2. Прыжки в длину с разбега  3. Отбивание мяча правой и левой руой  4. Ползание по пластунски до обозначенного места | 1. Ходьба по гимнастической скамейке, перешагивая через набивные мячи.  2. Ползание по гимнастической скамейке на животе, подтягиваясь руками, хват с боков.  3. Лазание по гимнастической стенке с использованием перекрестного движения рук и ног  4. Прыжки в высоту | | 1. Ходьба по наклонной доске, спуск по лесенке  2. Прыжки через бруски правым боком  3. Забрасывание мяча в баскетбольное кольцо  4 Ходьба по гимнастической стенке спиной к ней  5. Перебрасывание набивных мячей | | 1. Ходьба по гимнастич скамейке с мешочком на голове, руки на поясе.  2. Отбивание мяча правой и левой рукой поочередно на месте и в движении  3. Прыжки через скамейку  4. Лазание по гимнастической стенке |
| **Подвижные игры** | «Ключи» | «Охотники и зайцы» | | «Не оставайся на полу» | | «Кто быстрее» эстафета с мячом «Хоп» |
| **Малоподвиж-ные игры** | «Самомассаж» лица, шеи, рук | «Найди и промолчи» | | «Море волнуется» | | «Стоп» |

**МАРТ**

|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Содержание организованной образовательной деятельности** | | | | | | | **Интеграция**  **образовательных  областей** |
| **Темы**  **Этапы занятия** | **1-я неделя**  Тема: Международный женский день | **2-я неделя**  Тема: Международный женский день | **3-я неделя**  Тема: Народная культура и традиции | | **4-я неделя**  Тема: Народная культура и традиции | |
| ***Здоровье:*** рассказывать о пользе закаливания, приучать детей к обтиранию прохладной водой.  ***Социализация:*** создать педагогическую ситуацию, при которой дети могут проявить свои нравственные качества(доброту, отзывчивость, терпение, дружелюбие)  ***Коммуникация:*** обсуждать пользу закаливания, поощрять речевую активность.  ***Безопасность:*** формировать навыки безопасного поведения во время проведения закаливающих процедур, перебрасывания мяча друг другу разными способами.  ***Познание:*** учить двигаться в заданном направлении по сигналу: вперёд – назад, вверх-вниз  ***Труд:***учить правильно подбирать предметы для сюжетно-ролевых  и подвижных игр |
| **Планируемые результаты развития интегративных качеств:** знает о пользе закаливания и проявляет интерес  к выполнению закаливающих процедур; соблюдает правила безопасности при выполнении прыжков на двух ногах с продвижением вперёд и через препятствия, владеет техникой перебрасывания мяча с учётом правил безопасности; знает значение и выполняет команды «вперёд, назад, кругом» при ходьбе на повышенной опоре; умеет соблюдать правила игры и меняться ролями в процессе игры | | | | | | |
| **Вводная часть** | Перестроение в колонне по одному и по 2, ходьба и бег врассыпную, бег до 2 мин. с перешагиванием ч/з бруски; по сигналу поворот в другую сторону, ходьба на носках, пятках, в чередовании, на внешних сторонах стопы | | | | | |
| **ОРУ** | Без предметов | Со скакалками | | С обручем | | С султанчиками под музыку |
| **Основные виды движений** | 1. Ходьба по гимнастической скамейке с подниманием прямой ноги и хлопка под ней  2. Метание в цель из разных исходных положений  3. Прыжки из обруча в обруч  4. Подлезаниев обруч разными способами | 1. Ходьба по гимнастической скамейке, перешагивая через кубики с хлопками над головой  2. Перебрасывание мяча друг другу из-за головы.  3. Ползание на спине по гимнастической скамейке  4. Прыжки на одной ноге через шнур | | 1. Ходьба по узкой поверхности боком, с хлопками над головой  2. Перебрасывание мяча из левой в правую руку с отскоком от пола  3. Ползание по скамейке по-медвежьи  4. Прыжки через шнур две ноги в середине одна. | | 1. Ходьба по гимнастической скамейке приставным шагом с хлопками за спиной  2Прыжки со скамейки на мат  3. Лазание по гимнастической стенке разноименным способом |
| **Подвижные игры** | «Горелки» | «Пожарные на учении» | | «Бездомный заяц» | | «Караси и щука |
| **Малоподвиж-ные игры** | «Мяч ведущему» | «Море волнуется» | | «Подойди не слышно» | | «Самомассаж» лица, шеи, рук |

**АПРЕЛЬ**

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Содержание организованной образовательной деятельности** | | | | | | **Интеграция**  **образовательных  областей** |
| **Темы**  **Этапы занятия** | **1-я неделя**  Тема: Весна | **2-я неделя**  Тема: Весна | **3-я неделя**  Тема: Космос | | **4-я неделя**  Тема: Правила безопасности |
| ***Здоровье:*** рассказывать о пользе закаливания, приучать детей к обтиранию прохладной водой.  ***Социализация:*** создать педагогическую ситуацию, при которой дети могут проявить свои нравственные качества(доброту, отзывчивость, терпение, дружелюбие)  ***Коммуникация:*** обсуждать пользу закаливания, поощрять речевую активность.  ***Безопасность:*** формировать навыки безопасного поведения во время проведения закаливающих процедур, перебрасывания мяча друг другу разными способами.  ***Познание:*** учить двигаться в заданном направлении по сигналу: вперёд – назад, вверх-вниз  ***Труд:***учить правильно подбирать предметы для сюжетно-ролевых  и подвижных игр |
| **Планируемые результаты развития интегративных качеств:** знает о пользе закаливания и проявляет интерес  к выполнению закаливающих процедур; соблюдает правила безопасности при выполнении прыжков на двух ногах с продвижением вперёд и через препятствия, владеет техникой перебрасывания мяча с учётом правил безопасности; знает значение и выполняет команды «вперёд, назад, кругом» при ходьбе на повышенной опоре; умеет соблюдать правила игры и меняться ролями в процессе игры | | | | | |
| **Вводная часть** | Ходьба на счет четыре, на носках, правым боком, спиной вперед, левым боком, бег на носках пронося прямые ноги через стороны; по сигналу притоп, бег змейкой по диагонали, повороты направо, налево | | | | |
| **ОРУ** | Без предметов | С обручем | | С кольцом | С мешочками |
| **Основные виды движений** | 1. Ходьба по гимнастической скамейке с передачей мяча перед собой на каждый шаг и за спиной  2. Прыжки на двух ногах вдоль шнура  3. Переброска мячей в шеренгах  4. Вис на гимнастической стенке | 1. Ходьба по гимнастической скамейке боком с мешочком на голове  2. Пролезаниев обруч боком  3. Отбивание мяча одной рукой между кеглями  4. Прыжки через короткую скакалку | | 1. Ходьба по скамейке спиной вперед  2. Прыжки в длину с разбега  3. Метание вдаль набивного мяча  4.Прокатывание обручей друг другу | 1. Ходьба по гимнастической скамейке с мешочком на голове, руки на поясе через предметы  2. Перебрасывание мяча за спиной и ловля его двумя руками.  3. Лазанье по гимнастической стенке с переходом на другой пролет  4. Прыжки через длинную скакалку |
| **Подвижные игры** | «Догони свою пару» | «Удочка» | | «Мышеловка» | «Ловишка с ленточками |
| **Малоподвиж-ные игры** | «Стоп» | «Найди и промолчи» | | «Парашют» | «Кто ушел» |

**МАЙ**

|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Содержание организованной образовательной деятельности** | | | | | | | **Интеграция**  **образовательных  областей** |
| **Темы**  **Этапы занятия** | **1-я неделя**  Тема: День Победы! | **2-я неделя**  Тема: День Победы! | **3-я неделя**  Тема: До свидания детский сад! Здравствуй школа. | | **4-я неделя**  Тема: До свидания детский сад! Здравствуй школа. | |
| ***Здоровье:*** рассказывать о пользе закаливания, приучать детей к обтиранию прохладной водой.  ***Социализация:*** создать педагогическую ситуацию, при которой дети могут проявить свои нравственные качества(доброту, отзывчивость, терпение, дружелюбие)  ***Коммуникация:*** обсуждать пользу закаливания, поощрять речевую активность.  ***Безопасность:*** формировать навыки безопасного поведения во время проведения закаливающих процедур, перебрасывания мяча друг другу разными способами.  ***Познание:*** учить двигаться в заданном направлении по сигналу: вперёд – назад, вверх-вниз  ***Труд:***учить правильно подбирать предметы для сюжетно-ролевых  и подвижных игр |
| **Планируемые результаты развития интегративных качеств:** знает о пользе закаливания и проявляет интерес  к выполнению закаливающих процедур; соблюдает правила безопасности при выполнении прыжков на двух ногах с продвижением вперёд и через препятствия, владеет техникой перебрасывания мяча с учётом правил безопасности; знает значение и выполняет команды «вперёд, назад, кругом» при ходьбе на повышенной опоре; умеет соблюдать правила игры и меняться ролями в процессе игры | | | | | | |
| **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** | Без предметов | Со скакалками | | С палками | | С обручами под музыку |
| **Основные виды движений** | 1. Ходьба по гимнастической скамейке с мешочком на голове.  2. Прыжки в длину с разбега).  3. Метание набивного мяча.  4. Ходьба по гимнастической стенке спиной к ней | 1. Ходьба по гимнастической скамейке, перешагивая через набивные мячи.  2. Ползание по гимнастической скамейке на животе, подтягиваясь руками, хват с боков.  3. Перебрасывание мяча друг другу во время ходьбы.  4. Прыжки на одной ноге через скакалку | | 1. Ходьба по шнуру  (прямо), приставляя пятку одной ноги к носку другой, руки на поясе.  2. Лазание по гимнастической стенке  3. Прыжки через бруски.  4. Отбивание мяча между предметами, поставленными  в одну линию | | 1. Ходьба по гимнастической скамейке ударяя мячом о пол и ловля двумя руками.  2. Ползание по гимнастической скамейке на животе  3. Перепрыгивание через скамейку с продвижением вперед  4.Лазание по гимнастической стенке |
| **Подвижные игры** | «Быстрые и меткие» | «Парашют» (с бегом) | | «Вышибалы» | | «Эстафета парами» |
| **Малоподвиж-ные игры** | «Найди и промолчи» | «Море волнуется» | | «Релаксация» «В лесу» | | «Тише едешь- дальше будешь» |

**ИЮНЬ**

|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Содержание организованной образовательной деятельности** | | | | | | | **Интеграция**  **образовательных  областей** |
| **Темы**  **Этапы занятия** | **1-я неделя**  Тема: : « Планета детства» | **2-я неделя**  Тема: : « Планета детства» | **3-я неделя**  Тема: «Цветочный калейдоскоп» | | **4-я неделя**  Тема: : «Цветочный калейдоскоп» | |
| ***Здоровье:*** рассказывать о пользе закаливания, приучать детей к обтиранию прохладной водой.  ***Социализация:*** создать педагогическую ситуацию, при которой дети могут проявить свои нравственные качества(доброту, отзывчивость, терпение, дружелюбие)  ***Коммуникация:*** обсуждать пользу закаливания, поощрять речевую активность.  ***Безопасность:*** формировать навыки безопасного поведения во время проведения закаливающих процедур, перебрасывания мяча друг другу разными способами.  ***Познание:*** учить двигаться в заданном направлении по сигналу: вперёд – назад, вверх-вниз  ***Труд:***учить правильно подбирать предметы для сюжетно-ролевых  и подвижных игр |
| **Планируемые результаты развития интегративных качеств :** знает о пользе закаливания и проявляет интерес  к выполнению закаливающих процедур; соблюдает правила безопасности при выполнении прыжков на двух ногах с продвижением вперёд и через препятствия, владеет техникой перебрасывания мяча с учётом правил безопасности; знает значение и выполняет команды «вперёд, назад, кругом» при ходьбе на повышенной опоре; умеет соблюдать правила игры и меняться ролями в процессе игры | | | | | | |
| **Вводная часть** | Ходьба по диагонали, змейкой, бег в колонне по одному, на носках в чередовании с ходьбой, с изменением направления движения, бег боком (правое-левое плечо вперед) , перестроение в круг и три колонны, бег до 2 мин., ходьба с выполнением заданий | | | | | |
| **ОРУ** | Без предметов | Со скакалками | | С палками парами | | С султанчиками под музыку |
| **Основные виды движений** | 1. Ходьба по скамейке боком приставным шагом  2. Прыжки в длину с разбега  3. Отбивание мяча правой и левой руой  4. Ползание по пластунски до обозначенного места | 1. Ходьба по гимнастической скамейке, перешагивая через набивные мячи.  2. Ползание по гимнастической скамейке на животе, подтягиваясь руками, хват с боков.  3. Лазание по гимнастической стенке с использованием перекрестного движения рук и ног  4. Прыжки в высоту | | 1. Ходьба по наклонной доске, спуск по лесенке  2. Прыжки через бруски правым боком  3. Забрасывание мяча в баскетбольное кольцо  4 Ходьба по гимнастической стенке спиной к ней  5. Перебрасывание набивных мячей | | 1. Ходьба по гимнастич скамейке с мешочком на голове, руки на поясе.  2. Отбивание мяча правой и левой рукой поочередно на месте и в движении  3. Прыжки через скамейку  4. Лазание по гимнастической стенке |
| **Подвижные игры** | «Ключи» | «Охотники и зайцы» | | «Не оставайся на полу» | | «Кто быстрее» эстафета с мячом «Хоп» |
| **Малоподвиж-ные игры** | «Самомассаж» лица, шеи, рук | «Охотники и зайцы» | | «Море волнуется» | | «Стоп» |

**ИЮЛЬ**

|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Содержание организованной образовательной деятельности** | | | | | | | **Интеграция**  **образовательных  областей** |
| **Темы**  **Этапы занятия** | **1-я неделя**  Тема: : «Азбука безопасности» . | **2-я неделя**  Тема: : «Азбука безопасности» . | **3-я неделя**  Тема : «Солнце, воздух и вода лучшие друзья» | | **4-я неделя**  Тема: : «Солнце, воздух и вода лучшие друзья» | |
| ***Здоровье:*** рассказывать о пользе закаливания, приучать детей к обтиранию прохладной водой.  ***Социализация:*** создать педагогическую ситуацию, при которой дети могут проявить свои нравственные качества(доброту, отзывчивость, терпение, дружелюбие)  ***Коммуникация:*** обсуждать пользу закаливания, поощрять речевую активность.  ***Безопасность:*** формировать навыки безопасного поведения во время проведения закаливающих процедур, перебрасывания мяча друг другу разными способами.  ***Познание:*** учить двигаться в заданном направлении по сигналу: вперёд – назад, вверх-вниз  ***Труд:***учить правильно подбирать предметы для сюжетно-ролевых  и подвижных игр |
| **Планируемые результаты развития интегративных качеств: :** владеет соответствующими возрасту основными движениями (ходьба, бег, ползание,прыжки, бросание, метание); самостоятельно и при небольшой помощи выполняет гигиенические и закаливающие процедуры; аккуратно одеваться и раздеваться; соблюдает порядок в своем шкафу); проявляет активность при участии в п/и, выполнении простейших танцевальных движений во время ритмической гимн.; выражает положительные эмоции (радость, удовольствие) при выполнении упражнений .ритмической гимнастики под музыку. | | | | | | |
| **Вводная часть** | Перестроение в колонне по одному и по 2, ходьба и бег врассыпную, бег до 1 мин. с перешагиванием ч/з бруски; по сигналу поворот в другую сторону, ходьба на носках, пятках, в чередовании, на внешних сторонах стопы. | | | | | |
| **ОРУ** | С малым мячом | Без предметов | | С веревочкой | | С султанчиками(под музыку) |
| **Основные виды движений** | 1. Прыжки, спрыгивание со скамейки на полусогнутые ноги..  2. Ходьба по скамейке с высоким подниманием прямой ноги и хлопок под ней  3Метание в горизонтальную цель правой и левой рукой.  4. Ползание на четвереньках, подлезаниепод дугу прямо и боком | 1. Ходьба по скамейке приставным шагом, перешагивая ч/з кубики.  2. Прыжки на двух ногах с мешочком зажатым между ног  3Броски мяча двумя руками от груди, передача друг другу из-за головы.  4.Лазание по гимн стенке  . | | 1. Пролезание через три обруча (прямо, боком).  2Прыжки на двух ногах через препятствие (высота 20 см), прямо, боком..  3. Перелезание с преодолением препятствия.  4. Ходьба по скамейке, на середине порот, перешагивание через мяч | | 1.Ходьба по узкой скамейке  2..Прыжки через веревочку на одной ноге, продвигаясь вперед  3.Перебрасывание мяча друг другу на ходу  4. Ползание по гимнастической скамейке спиной вперед, ноги на вису |
| **Подвижные игры** | «Удочка» | «Жмурки» | | «Гуси-гуси» | | «Мы – весёлые ребята», |
| **Малоподвиж-ные игры** | «Найди и промолчи» | «Море волнуется» | | «Релаксация» «В лесу» | | «Тише едешь- дальше будешь» |

**АВГУСТ**

|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Содержание организованной образовательной деятельности** | | | | | | | **Интеграция**  **образовательных  областей** |
| **Темы**  **Этапы занятия** | **1-я неделя**  Тема: : « Любимый край» | **2-я неделя**  Тема: : « Любимый край» | **3-я неделя**  Тема: : «Если хочешь быть здоров» | | **4-я неделя**  Тема : «Если хочешь быть здоров» | |
| ***Здоровье:*** рассказывать о пользе закаливания, приучать детей к обтиранию прохладной водой.  ***Социализация:*** создать педагогическую ситуацию, при которой дети могут проявить свои нравственные качества(доброту, отзывчивость, терпение, дружелюбие)  ***Коммуникация:*** обсуждать пользу закаливания, поощрять речевую активность.  ***Безопасность:*** формировать навыки безопасного поведения во время проведения закаливающих процедур, перебрасывания мяча друг другу разными способами.  ***Познание:*** учить двигаться в заданном направлении по сигналу: вперёд – назад, вверх-вниз  ***Труд:***учить правильно подбирать предметы для сюжетно-ролевых  и подвижных игр |
| **Планируемые результаты развития интегративных качест:** владеет техникой выполнения дыхательных упражнений по методике А. Стрельниковой и самостоятельно их выполняет; умеет задерживать дыхание во время выполнения ходьбы и бега на повышенной опоре; соблюдает технику безопасности при выполнении прыжков со скамейки и из обруча в обруч; проявляет инициативу в оказании помощи взрослым и детям**в** | | | | | | |
| **Вводная часть** | Построение в колонну , перестроение в круг, в две, в три колонны, повороты вправо, влево,ходьба и бег по кругу, бег змейкой, по диагонали, на носках, пятках, в чередовании с ходьбой, с изменением направления движения, высоко поднимая колени. Дыхательные упражнения | | | | | |
| **ОРУ** | Без предметов | С мячом | | С обручами | | С обручами под музыку |
| **Основные виды движений** | 1. Прыжки из глубокого приседа  2. Ходьба по гимнастической скамейке с приседанием  3Метание набивного мяча вдаль  4.Ползание по гимнастической скамейке спиной вперед | 1. Перебрасывание мячей друг другу двумя руками вверх и ловля после хлопка.  2. Ползание по гимнастической скамейке на животе, подтягиваясь двумя руками.  3. Ходьба с перешагиванием через 5–6 набивных мячей  4. Лазание по гимнастической стенке с переходом на другой пролет  5. Прыжки на двух ногах через шнур (две ноги по бокам- одна нога в середине) | | 1. Лазание по гимнастической стенке разноименным способом(вверх, вниз).  2. Метание мешочков вдаль правой и левой рукой.  3. Ходьба по гимнастической скамейке, на середине присесть, хлопок руками, встать и пройти дальше.  4. Прыжки на двух ногах из обруча в обруч | | 1.Ходьба по гимн скамейке с отбиванием мяча о пол  2. Прыжки с разбега на мат  3. Метание в цель  4.Ползание на четвереньках с прогибом спины внутрь(кошечка) и с мешочком на спине |
| **Подвижные игры** | «Хитрая лиса» | «Охотники и зайцы» | | «Пожарные на ученьях» | | «Эстафета парами» |
| **Малоподвиж-ные игры** | «Фигуры». | «Охотники и зайцы» | | «Найди и промолчи» | | «Тише едешь- дальше будешь» |

**3.2. Учебный план**

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Образовательные области | Базовый вид деятельности | Периодичность | | | | |
| Младшая группа | Средняя группа | Старшая группа | Группа  компенсирующей направленности | Подготовительная группа |
| 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 |
| Физическое развитие | Физическая культура в помещении | 3 | 3 | 2 | 2 | 2 |
| Физическая культура на прогулке |  |  | 1 | 1 | 1 |
| Итого всего количество занятий/ количество часов  в неделю | | 3/45 мин | 3/60мин | 3/75 мин | 3/90мин | 3/90 мин |
| Итого всего количество занятий/ количество часов  в год | | 108/27ч | 108/36ч | 108/36ч | 108/36ч | 108/45ч |

**3.3.Схема распределения организации образовательной деятельности**

|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| День недели | 1младшая  Группа №1«Белочка | 1младшая  Группа №2 «Теремок» | 2младшая группа «Ромашка» | Средняя группа «Бабочка» | Старшая группа «Колокольчик» | группа компенсирующей направленности | Подготови  тельная группа  «Дельфин» |
| Понедель  ник | 9.00-9.09 физическая культура | 9.20-9.29 физическая культура |  |  | 10.00-10.25  физическая культура | 10.35-11.05  физическая культура |  |
| вторник |  | 9.30-9.39  Физическая культура | 9.45-10.00  Физическая культура | 9.00-9.20  физическая культура |  | 10.10-10.35 физическая культура | 10.50-11.20  физическая культура |
| среда |  |  | 9.00-9.15 физическая культура |  | 9.35-10.00 физическая культура | Индивидуальная работа |  |
| четверг | 9.00-9.09 физическая культура |  |  | 9.30-9.50  физическая культура | Физическая культура (на свежем воздухе) |  | 10.35-11.05физическая культура |
| пятница | 9.35-9.44 физическая культура | 9.20-9.29 физическая культура | 9.00-9.15 физическая культура | 9.55-10.15  Физическая культура |  | Физическая культура (на свежем воздухе) | Физическая культура (на свежем воздухе) |

**Организация организованной образовательной деятельности по программе «Выходи играть во двор!»**

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Возраст | Продолжительность одного занятия | | Количество занятий в неделю | Количество занятий в год | |
| Младшая группа | 15 мин | | 1 | 36 | |
| Средняя группа | 20 мин | | 1 | 36 | |
| Старшая группа | 25 мин | | 1 | 36 | |
| группа компенсирующей направленности | 30мин | 1 | | 36 |
| Подготовительная группа | 30 мин | 1 | | 36 |

**3.4. Модель режима двигательной активности**

**на период с 01.09.2022г. по 31.08.2023г.**

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| №п/п | Виды занятий | Дозировка | | | Длительность | | | | | | | | | | | | |
| *1младшая группа№1* | | *1младшая группа №2* | *2младшая группа* | | | *Средняя группа* | *Старшая группа* | | *группа компенсирующей направленности* | | | *Подготовительнаягруппа №2* |
| ***I.ФИЗКУЛЬТУРНО-ОЗДОРОВИТЕЛЬНАЯ РАБОТА*** | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 1 | Утренняя гимнастика | ЕЖЕДНЕВНО:   * на открытом воздухе (мая по октябрь) * в группе * в зале (средняя, старшая, подготовительная к школе группы с октября по май) | | | 5 мин | | 5 мин | 5 мин | | | 6 мин | 8  мин | | | 10 мин | 10 мин | |
| 2 | Закаливающие процедуры | ЕЖЕДНЕВНО,  с начала отопительного сезона | | | 7 мин | | 7 мин | 7 мин | | | 8 мин | 8  мин | | | 8  мин | 8 мин | |
| 3 | Двигательная разминка | ЕЖНДНЕВНО, организация подвижных игр и малоподвижных игрв чередование с непосредственно- образовательной деятельностью и совместной деятельностью | | | 10 мин | | 10 мин | 10 мин | | | 15 мин | 15 мин | | | 15 мин | 15 мин | |
| 4 | Физкультурная минутка | ЕЖЕДНЕВНО, во время непосредственно – образовательной деятельности по мере необходимости (дошкольный возраст) | | | - | | - | 1 мин | | | 1  мин | 2  мин | | | 2  мин | 2 мин | |
| 5 | Подвижные игры и физические упражнения на прогулке | ЕЖЕДНЕВНО | | | 10 мин | | 10 мин | 15 мин | | | 20 мин | 25 мин | | | 30 мин | 30 мин | |
| 6 | Оздоровительный бег | ЕЖЕДНЕВНО,  в конце дневной прогулки | | | - | | - | 3 мин | | | 4 мин | 5  мин | | | 5  мин | 5 мин | |
| 7 | Индивидуальная работа по развитию движений | ЕЖЕДНЕВНО, на прогулках | | | 8 мин | | 8  мин | 10 мин | | | 10 мин | 15 мин | | | 15 мин | 15 мин | |
| 8 | Пешие прогулки | прогулки за пределы территории детского сада , 1 раз в неделю | | | 3 мин | | 3  мин | 30  мин | | | 30 мин | 40 мин | | | 40 мин | 40 мин | |
| 9 | Прогулки-походы | В летний оздоровительный период ,1 раз в квартал | | |  | |  |  | | |  | 1ч. 30 мин | | | 1-2  часа | 1-2 часа | |
| **II НЕПОСРЕСТВЕННО – ОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ДЕЯТЕЛЬНОСТЬ** | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 1 | Физическая культура | | 3 раза в неделю:   * 2 занятия в группе или зале * 1 занятие на прогулке | | 9 мин | | 9  мин | 15 мин | | | 20 мин | | 25 мин | | 30 мин | 30 мин | |
| 2 | Музыка | | 2 раза в неделю | | 9 мин | | 9 мин | 15  мин | | | 20 мин | | 25 мин | | 30 мин | 30 мин | |
| 3 | Формирование начальных представлений о здоровом образе жизни (Непосредственно- образовательная деятельность познание) | | 1 раз в месяц | | - | | - | 15 мин | | | 20 мин | | 25 мин | | 30 мин | 30 мин | |
| **III САМОСТОЯТЕЛЬНАЯ ДЕЯТЕЛЬНОСТЬ ДЕТЕЙ** | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 1 | Самостоятельная двигательная активность | | ЕЖЕДНЕВНО:   * На прогулке * В группах центрах движения | | В зависимости от желания и  индивидуальных особенностей детей | | | | | | | | | | | | |
| 2 | Двигательная активность по закреплению основных видов движений под руководством воспитателя | | ЕЖЕДНЕВНО | | По плану воспитателя, в зависимости от  Индивидуальныхособенностей ребенка | | | | | | | | | | | | |
| **IV РАЗВЛЕЧЕНИЯ** | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 1 | Неделя здоровья | | Ежегодно, в каникулярную неделю | Все организованные мероприятия недели  посвящены охране и укреплению здоровья  детей, формированию привычек к здоровому  образу жизни | | | | | | | | | | | | | |
| 2 | Физкультурные праздники | | 3 раза в год:   * День защитника отечества, * Проводы русской зимы, * Летняя эстафета | - | | | - | | | 15 мин | 20 мин | | 25 мин | | 30 мин | | 30 мин |
| 3 | Физкультурные развлечения | | 1 раз в месяц | 10 мин | | | 10 мин | | 15 мин | | 20 мин | | 25 мин | | 30 мин | | 30 мин |
| **V УЧАСТИЕ РОДИТЕЛЕЙ В ОБРАЗОВАТЕЛЬНОМ ПРОЦЕССЕ** | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 1 | Совместное соревнование пап и детей | В день Защитника отечества | | |  |  | |  | | |  | | 30 мин | | 40 мин | | 40 мин |
| 2 | Совместные походы | По плану ДОУ | | |  |  | |  | | |  | | 1ч. 30 мин | | 1-2 часа | | 1-2 часа |
| **ИТОГО В ДЕНЬ:** | | | | | **55 мин** | | **55 мин** | **77**  **мин** | | | **98 мин** | | **118 мин** | | **125 мин** | | **125 мин** | |
| **ИТОГО В НЕДЕЛЮ:** | | | | | **283 мин** | | **283 мин** | **385 мин** | | | **490 мин** | | **590 мин** | | **625 мин** | | **625 мин** |

**3.5.Особенности организации развивающей предметно-пространственной среды дошкольного учреждения**

Среда развития ребенка – это пространство его жизнедеятельности. Это те условия, в которых протекает его жизнь в дошкольном учреждении. Эти условия следует рассматривать как фундамент, на котором закладывается строительство личности ребенка.

Развивающая предметная среда – это система материальных объектов деятельности ребенка, функционально моделирующая содержание его духовного и физического развития. Она должна объективно – через свое содержание и свойства – создавать условия для творческой деятельности каждого ребенка, служить целям актуального физического и психическогоразвития и совершенствования, обеспечивать зону ближайшего развития и его перспективу.

Окружающая ребенка среда должна обеспечивать ему физическое, умственное, эстетическое, нравственное, т.е. разностороннее развитие и воспитание. Для полноценного физического развития детей, удовлетворении потребности в движении в нашем дошкольном учреждении созданы определенные условия. Хотя спортивный зал совмещен с музыкальным, это никак не отражается на образовательном процессе. Спортивный зал обеспечивает двигательную активность и организацию здоровье-сберегающей деятельности детей. Необходимое оборудование находится в кладовой и по мере надобности выносится.

На участке ДОУ имеется стадион, беговая дорожка, полоса «препятствий», игровое поле для игр с элементами спорта (футбол, волейбол, городки, бадминтон), площадки для подвижных игр, яма для прыжков. В группах имеются физкультурные уголки с необходимым набором спортивного инвентаря для организации двигательной активности детей в течение дня.

Основой физического здоровья ребенка следует считать уровень развития и особенности функционирования его органов и систем. Уровень развития обусловлен программой, которая природой заложена в каждом ребенке и опосредована его базовыми потребностями. Именно удовлетворение доминирующих базовых потребностей является условием индивидуально – гармоничного развития ребенка.

Для удобства и обогащения содержания педагогического процесса в работе инструктора по физической культуре с детьми используются следующие картотеки.

- Комплексов упражнений утренней гимнастики;

- Подвижных игр по основной образовательной программе;

- Русских народных игр;

- Упражнений для развития пальцев рук.

**Особенности организации развивающей предметно-пространственной среды дошкольного возраста**

Развивающая предметно-пространственная среда музыкально-физкультурного зала включает в себя обеспечение активной жизнедеятельности детей дошкольного возраста, становление его субъектной позиции, развитие творческих проявлений всеми доступными, побуждающими к самовыражению средствами. Оснащение физкультурного зала соблюдает требования ФГОС ДО и принципы организации среды, обозначенные в программе «От рождения до школы», а также требования используемой парциальной программе Л.Н. Волошиной «Играйте на здоровье!».

Пространство музыкально-физкультурного зала имеет универсальную разметку для организации подвижных и спортивных игр. Музыкально-физкультурный зал оснащен большим количеством спортивного инвентаря. Подобная организация пространства музыкально-физкультурного зала позволяет воспитанникам дошкольного возраста выбирать интересные для себя занятия, чередовать их, а инструктору дает возможность эффективно организовывать образовательный процесс с учетом индивидуальных особенностей детей.

Физкультурное оборудование и инвентарь соответствуют требованиям программы физического развития детей, используемой в дошкольном учреждении, соответствуют санитарно-гигиеническим требованиям (безопасны для детей, легко моются), соответствует эстетическим требованиям. Спортивное оборудование (гимнастические скамейки, гимнастические стенки) соответствуют росто-возрастным характеристикам, спортивный инвентарь и пособия обеспечивают максимальный для детей развивающийэффект. Количество и разнообразие оборудования и инвентаря соответствует нормативам программы. Крепление физкультурного оборудования гарантирует безопасность занятий детей физическими упражнениями. Количество и разнообразие оборудования и инвентаря соответствует нормативам программы. Крепление физкультурного оборудования гарантирует безопасность занятий детей физическими упражнениями.

**3.6. Циклограмма деятельности инструктора**

**по физической культуре**

**на период с 01.09.2022г. по 31.08.2023г.**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **ПОНЕДЕЛЬНИК**  **08.00–14.30 часов**  **перерыв – 12.00.-12.30.часов**  **продолжительность рабочего дня - 6 часов.** | | |
| **Федеральный Закон от 29 декабря 2012 г. № 273-Ф3 «Об образовании в Российской Федерации»** | **Время** | **Содержание деятельности** |
| **Методическая работа** | **8.00- 08.30.часов** | Участие в консультативной поддержке родителей (законных представителей) по вопросам охраны здоровья детей. |
| **Подготовительная, деятельность по реализации ООП ДО** | **08.30-09.00.часов** | Подготовка к физкультурным занятиям (подбор музыкального сопровождения, спортивного оборудования). |
| **ООД** | **09.00.-09.09.часов** | Целенаправленная образовательная деятельность по физическому развитию **с детьми третьего года жизни в групповом помещении (1 младшая группа№1«Белочка»)**, с использованием разных видов и форм организации двигательной деятельности в соответствии с утвержденной рабочей программой. Обеспечение безопасности воспитанников при проведении образовательной деятельности. |
| **Подготовительная, деятельность по реализации ООП ДО** | **09.10-09.20.**  **часов** | Подготовка к физкультурным занятиям (подбор музыкального сопровождения, спортивного оборудования) |
| **ООД** | **09.20.-09.29.**  **часов** | Целенаправленная образовательная деятельность по физическому развитию **с детьми третьего года жизни в группе№2 (1 младшая группа «Теремок»)**, с использованием разных видов и форм организации двигательной деятельности в соответствии с утвержденной рабочей программой. Обеспечение безопасности воспитанников при проведении образовательной деятельности. |
| **Другая педагогическая работа, предусмотренная трудовыми (должностными) обязанностями** | **09.30.-9.50**  **часов** | Создание условия для формирования и поддержки самооценки, уверенности в собственных возможностях и способностях через подвижные игры. Обеспечить безопасность воспитанников при проведении образовательной деятельности. |
| **Подготовительная, деятельность по реализации ООП ДО** | **9.50-10.00 часов** | Подготовка к физкультурным занятиям (подбор музыкального сопровождения, спортивного оборудования). |
| **ООД** | **10.00-10.25**  **часов** | Целенаправленная образовательная деятельность по физическому развитию с детьми **шестого года жизни на свежем воздухе («Колокольчик» старшая группа ),** с использованием разных видов и форм организации двигательной деятельности в соответствии с утвержденной рабочей программой. Обеспечение безопасности воспитанников при проведении образовательной деятельности. |
| **Подготовительная, деятельность по реализации ООП ДО** | **10.25-10.35 часов** | Подготовка к физкультурным занятиям (подбор музыкального сопровождения, спортивного оборудования). |
| **ООД** | **10.35-11.05.**  **часов** | Целенаправленная образовательная деятельность по физическому развитию с детьми **седьмого года жизни на свежем воздухе («Смешарики» группа компенсирующей направленности ),** с использованием разных видов и форм организации двигательной деятельности в соответствии с утвержденной рабочей программой. Обеспечение безопасности воспитанников при проведении образовательной деятельности. |
| **ООД** | **11.05-11.30.**  **часов** | Образовательная деятельность, ориентированная на интересы и возможности каждого ребенка и учитывающая социальную ситуацию его развития.  *1-я неделя – развитие навыков ходьбы и бега;*  *2-я неделя – развитие навыков в прыжках;*  *3-я неделя – формирование навыков метания;*  *4-я неделя – развитие координации движений* |
| **Другая педагогическая работа, предусмотренная трудовыми (должностными) обязанностями** | **11.30.-12.00.**  **часов** | Создание условия для формирования и поддержки самооценки, уверенности в собственных возможностях и способностях через подвижные игры. Обеспечить безопасность воспитанников при проведении образовательной деятельности. |
| **12.00.-12.30.часов *перерыв*** | | |
| **Организационная работа** | **12.30.-13.00.**  **часов** | Уборка спортивного оборудования |
| **Диагностическая,**  **работа по ведению**  **мониторинга** | **13.00.-14.30.**  **часов** | Совместно с медицинскими работниками контроль состояния здоровья воспитанников для регулирования их физической нагрузки, ведение мониторинга качества оздоровительной работы в ДОУ с использованием электронных форм учета показателей здоровья и физических нагрузок. |
| **ВТОРНИК**  **08.00-14.30.часов**  **продолжительность рабочего дня -6 часов.** | | |
| **Диагностическая,**  **работа по ведению**  **мониторинга** | **08.00.-08.30.часов** | Совместно с медицинскими работниками контроль состояния здоровья воспитанников для регулирования их физической нагрузки, ведение мониторинга качества оздоровительной работы в ДОУ с использованием электронных форм учета показателей здоровья и физических нагрузок. |
| **Подготовительная работа** | **08.30.-09.00.**  **часов** | Подготовка к физкультурным занятиям (подбор музыкального сопровождения, спортивного оборудования). |
| **ООД** | **09.00.-09.20.**  **часов** | Целенаправленная образовательная деятельность по физическому развитию  **с детьми пятый года жизни в зале (средняя группа «Бабочка»)**, с использованием разных видов и форм организации двигательной деятельности в соответствии с утвержденной рабочей программой. Обеспечение безопасности воспитанников при проведении образовательной деятельности. |
| **Подготовительная работа** | **09.20.-9.30.**  **часов** | Подготовка к физкультурным занятиям (подбор музыкального сопровождения, спортивного оборудования). |
| **ООД** | **9.30-9.39**  **часов** | Целенаправленная образовательная деятельность по физическому развитию дошкольников **с детьми третьего года жизни в зале (1 младшая №2 группа «Теремок»)**, с использованием разных видов и форм организации двигательной деятельности в соответствии с утвержденной рабочей программой. Обеспечение безопасности воспитанников при проведении образовательной деятельности. |
| **Подготовительная, деятельность по реализации ООП ДО** | **9.40-9.45**  **часов** | Подготовка к физкультурным занятиям (подбор музыкального сопровождения, спортивного оборудования). |
| **ООД** | **9.45-10.00**  **часов** | Целенаправленная образовательная деятельность по физическому развитию  **с детьми четвертого года жизни в группе (2 младшая группа «Ромашка»)**, с использованием разных видов и форм организации двигательной деятельности в соответствии с утвержденной рабочей программой. Обеспечение безопасности воспитанников при проведении образовательной деятельности. |
| **Подготовительная, деятельность по реализации ООП ДО** | **10.00-10.10.**  **часов** | Подготовка к физкультурным занятиям (подбор музыкального сопровождения, спортивного оборудования). |
| **ООД** | **10.10-10.35**  **часов** | Целенаправленная образовательная деятельность по физическому развитию  **с детьми седьмого года жизни в зале ( группа компенсирующей направленности «Смешарики»)**, с использованием разных видов и форм организации двигательной деятельности в соответствии с утвержденной рабочей программой. Обеспечение безопасности воспитанников при проведении образовательной деятельности. |
| **Подготовительная, деятельность по реализации ООП ДО** | **10.35-10.50**  **часов** | Подготовка к физкультурным занятиям (подбор музыкального сопровождения, спортивного оборудования). |
| **ООД** | **10.50-11.20**  **часов** | Целенаправленная образовательная деятельность по физическому развитию  **с детьми седьмого года жизни в зале ( подготовительная группа«Дельфин»)**, с использованием разных видов и форм организации двигательной деятельности в соответствии с утвержденной рабочей программой. Обеспечение безопасности воспитанников при проведении образовательной деятельности. |
| **Другая педагогическая работа** | **11.20-11.40**  **часов** | Подбор картотеки подвижных игр для развития ловкости и двигательной активности |
| **Организационная работа** | **11.40.-12.00.**  **часов** | Образовательная деятельность, ориентированная на интересы и возможности каждого ребенка и учитывающая социальную ситуацию его развития.  *1-я неделя – развитие навыков ходьбы и бега;*  *2-я неделя – развитие навыков в прыжках;*  *3-я неделя – формирование навыков метания;*  *4-я неделя – развитие координации движений* |
| **12.00.-12.30.часов *перерыв*** | | |
| **Работа, предусмотренная планами воспитательных, физкультурно- оздоровительных, спортивных, творческих и иных мероприятий, проводимых с обучающимися.** | **12.30-13.30.**  **часов** | Подготовка к участию в работе по проведению родительских собраний, оздоровительных, воспитательных и других мероприятий, предусмотренных образовательной программой. |
| **Другая педагогическая работа** | **13.30.-14.20.часов** | Поиск материалов обеспечивающих реализацию Программы, в том числе в информационной среде |
| **Организационная работа** | **14.20-14.30 часов** | Уборка спортивного оборудования |
| **СРЕДА**  **08.00.-14.30.часов**  **продолжительность рабочего дня - 6часов.** | | |
| **ООД** | **08.00-08.30.**  **часов** | Проведение утренней гимнастики. |
| **Подготовительная работа** | **08.30.-09.00.**  **часов** | Определение содержание занятий по физическому развитию дошкольников с учетом возраста, подготовленности. |
| **ООД** | **09.00.-09.15**  **часов** | Целенаправленная образовательная деятельность по физическому развитию дошкольников **с детьми четвертого года жизни в зале (2 младшая группа «Ромашка»)**, с использованием разных видов и форм организации двигательной деятельности в соответствии с утвержденной рабочей программой. Обеспечение безопасности воспитанников при проведении образовательной деятельности. |
| **Другая педагогическая работа** | **09.15.-09.25 часов** | Ведение документации. |
| **Подготовительная работа** | **09.25.-09.35**  **часов** | Подготовка к физкультурным занятиям (подбор музыкального сопровождения, спортивного оборудования). |
| **ООД** | **09.35.-10.00**  **часов** | Целенаправленная образовательная деятельность по физическому развитию дошкольников **с детьми шестого года жизни в зале (старшая группа «Колокольчик»)**, с использованием разных видов и форм организации двигательной деятельности в соответствии с утвержденной рабочей программой. Обеспечение безопасности воспитанников при проведении образовательной деятельности. |
| **Подготовительная работа** | **10.00-10.10**  **часов** | Подготовка к индивидуальным занятиям (подбор музыкального сопровождения, спортивного оборудования). |
| **Индивидуальная работа с аутистом** | **10.10-10.30**  **часов** | Образовательная деятельность, ориентированная на интересы и возможности каждого ребенка и учитывающая социальную ситуацию его развития.( группа компенсирующей направленности «Смешарики»)  *1-я неделя – развитие навыков ходьбы и бега;*  *2-я неделя – развитие навыков в прыжках;*  *3-я неделя – формирование навыков метания;*  *4-я неделя – развитие координации движений.* |
| **Подготовительная работа** | **10.30-10.50 часов** | Подготовка к индивидуальным занятиям (подбор музыкального сопровождения, спортивного оборудования). |
| **Индивидуальная работа с обучающимися** | **10.50.-11.15**  **часов** | Образовательная деятельность, ориентированная на интересы и возможности каждого ребенка и учитывающая социальную ситуацию его развития  *1-я неделя – развитие навыков ходьбы и бега;*  *2-я неделя – развитие навыков в прыжках;*  *3-я неделя – формирование навыков метания;*  *4-я неделя – развитие координации движений.* |
| **Другая педагогическая работа** | **11.15.-12.00.часов** | Составление и подбор материала к сценариям, (подбор материала для проведения физкультурных досугов и праздников, составление фонограмм, мультимедиа) |
| **12.00.-12.30.часов *перерыв*** | | |
| **Подготовительная, деятельность по реализации ООП ДО** | **12.30.-13.20. часов** | Подбор картотеки подвижных игр с речевым сопровождением. |
| **Методическая работа** | **13.20.-14.30.часов** | Участие в консультативной поддержке родителей (законных представителей) по вопросам охраны здоровья детей. |
| **ЧЕТВЕРГ**  **08.00.-14.30.часов**  **продолжительность рабочего дня - 6часов.** | | |
| **Диагностическая,**  **работа по ведению**  **мониторинга** | **08.00.-08.30.часов** | Совместно с медицинскими работниками контроль состояния здоровья воспитанников для регулирования их физической нагрузки, ведение мониторинга качества оздоровительной работы в ДОУ с использованием электронных форм учета показателей здоровья и физических нагрузок. |
| **Подготовительная работа** | **08.30.-08.45**  **часов** | Определение содержание занятий по физическому развитию дошкольников с учетом возраста, подготовленности. |
| **Подготовительная работа** | **08.45-09.00 часов** | Подготовка к физкультурным занятиям (подбор музыкального сопровождения, спортивного оборудования). |
| **ООД** | **09.00.-09.09**  **часов** | Целенаправленная образовательная деятельность по физическому развитию  **с детьми третьего года жизни в зале (1 младшая гр.№1 «Белочка»)**, с использованием разных видов и форм организации двигательной деятельности в соответствии с утвержденной рабочей программой. Обеспечение безопасности воспитанников при проведении образовательной деятельности. |
| **Подготовительная работа** | **09.10.-09.30**  **часов** | Подготовка к физкультурным занятиям (подбор музыкального сопровождения, спортивного оборудования). |
| **ООД** | **09.30.-09.50**  **часов** | Целенаправленная образовательная деятельность по физическому развитию  **с детьми пятого года жизни на в зале (средняя группа «Бабочка»)**, с использованием разных видов и форм организации двигательной деятельности в соответствии с утвержденной рабочей программой. Обеспечение безопасности воспитанников при проведении образовательной деятельности. |
| **Другая педагогическая работа** | **09.50-10.20**  **часов** | Подготовка консультативной и методической помощи родителям (законным представителям) в воспитании детей, охране и укрепления здоровья |
| **Подготовительная работа** | **10.20-10.35**  **часов** | Подготовка к физкультурным занятиям (подбор музыкального сопровождения, спортивного оборудования). |
| **ООД** | **10.35.-11.05**  **часов** | Целенаправленная образовательная деятельность по физическому развитию  **с детьми седьмого года жизни в зале ( подготовительная группа «Дельфин»)**, с использованием разных видов и форм организации двигательной деятельности в соответствии с утвержденной рабочей программой. Обеспечение безопасности воспитанников при проведении образовательной деятельности. |
| **Подготовительная работа** | **11.05.-11.10.**  **часов** | Подготовка к физкультурным занятиям (подбор музыкального сопровождения, спортивного оборудования). |
| **ООД** | **11.10.-11.35**  **часов** | Целенаправленная образовательная деятельность по физическому развитию  **с детьми шестого года жизни на свежем воздухе(старшая гр. «Колокольчик»)**, с использованием разных видов и форм организации двигательной деятельности в соответствии с утвержденной рабочей программой. Обеспечение безопасности воспитанников при проведении образовательной деятельности. |
| **Организационная работа** | **11.35-12.00 часов** | Создание предметно- пространственной среды, обеспечивающей максимальную реализацию образовательного потенциала пространства и соответствующей требованиям ФГОС ДО |
| **12.00.-12.30.часов *перерыв*** | | |
| **Методическая работа** | **12.30 – 13.00**  **часов** | Консультация и координация деятельности педагогических работников по вопросам теории и практики физического воспитания дошкольников. |
| **Организационная работа** | **13.00-13.15**  **часов** | Уборка спортивного оборудования |
| **Диагностическая,**  **работа по ведению**  **мониторинга** | **13.15-14.30**  **часов** | Оценка индивидуального развития детей в рамках педагогической диагностики |
| **ПЯТНИЦА**  **08.00.-14.30.часов**  **продолжительность рабочего дня - 6часов.** | | |
| **Диагностическая,**  **работа по ведению**  **мониторинга** | **08.00.-08.30**  **часов** | Совместно с медицинскими работниками контроль состояния здоровья воспитанников для регулирования их физической нагрузки, ведение мониторинга качества оздоровительной работы в ДОУ с использованием электронных форм учета показателей здоровья и физических нагрузок. |
| **Подготовительная работа** | **08.30.-09.00**  **часов** | Определение содержание занятий по физическому развитию дошкольников с учетом возраста, подготовленности. |
| **ООД** | **09.00-09.15**  **часов** | Целенаправленная образовательная деятельность по физическому развитию **с детьми четвертого года жизни в зале (2 младшая группа «Ромашка»)**, с использованием разных видов и форм организации двигательной деятельности в соответствии с утвержденной рабочей программой. Обеспечение безопасности воспитанников при проведении образовательной деятельности. |
| **Подготовительная работа** | **09.15-09.20**  **часов** | Подготовка к физкультурным занятиям (подбор музыкального сопровождения, спортивного оборудования). |
| **ООД** | **09.20.-09.29**  **часов** | Целенаправленная образовательная деятельность по физическому развитию **с детьми третьего года жизни в группе (1 младшая гр.№2 «Теремок»)**, с использованием разных видов и форм организации двигательной деятельности в соответствии с утвержденной рабочей программой. Обеспечение безопасности воспитанников при проведении образовательной деятельности. |
| **Подготовительная работа** | **9.29-9.35**  **часов** | Подготовка к физкультурным занятиям ( спортивного оборудования). |
| **ООД** | **9.35-9.44**  **часов** | Целенаправленная образовательная деятельность по физическому развитию **с детьми третьего года жизни в группе (1 младшая гр.№1 «Белочка»)**, с использованием разных видов и форм организации двигательной деятельности в соответствии с утвержденной рабочей программой. Обеспечение безопасности воспитанников при проведении образовательной деятельности. |
| **Подготовительная работа** | **09.45.-9.55**  **часов** | Подготовка к физкультурным занятиям ( спортивного оборудования). |
| **ООД** | **9.55.-10.15**  **часов** | Целенаправленная образовательная деятельность по физическому развитию **с детьми пятого года жизни в зале(средняя группа«Бабочка»)**,с использованием разных видов и форм организации двигательной деятельности в соответствии с утвержденной рабочей программой. Обеспечение безопасности воспитанников при проведении образовательной деятельности. |
| **Подготовительная работа** | **10.15.-10.25**  **часов** | Подготовка к индивидуальной работе (подбор музыкального сопровождения, спортивного оборудования). |
| **ООД** | **10.25.-10.50**  **часов** | Оказание помощи воспитанникам в образовательной деятельности, способствуя обеспечению оптимальной положительной динамики их развития, в соответствии с ФГОС ДО с детьми пятого года жизни **(старшая группа)** по развитию физических качеств:  1-я неделя – развитие навыков владения мячом;  2-я неделя – развитие навыков в прыжках;  3-я неделя – формирование навыков в метании;  4-я неделя – развитие координации движений. |
| **Подготовительная работа** | **10.50-11.00**  **часов** | Подготовка к физкультурным занятиям ( спортивного оборудования). |
| **ООД** | **11.00-11.30**  **часов** | Целенаправленная образовательная деятельность по физическому развитию **с детьми седьмого года жизни на свежем воздухе( группа компенсирующей направленности «Смешарики»)**, с использованием разных видов и форм организации двигательной деятельности в соответствии с утвержденной рабочей программой. Обеспечение безопасности воспитанников при проведении образовательной деятельности. |
| **Подготовительная работа** | **11.30-11.35**  **часов** | Подготовка к физкультурным занятиям ( спортивного оборудования). |
| **ООД** | **11.35-12.05**  **часов** | Целенаправленная образовательная деятельность по физическому развитию **с детьми седьмого года жизни на свежем воздухе (подготовительная группа «Дельфин»)**, с использованием разных видов и форм организации двигательной деятельности в соответствии с утвержденной рабочей программой. Обеспечение безопасности воспитанников при проведении образовательной деятельности. |
| **12.05.-12.35.часов *перерыв*** | | |
| **Другая педагогическая работа, предусмотренная трудовыми (должностными) обязанностями** | **12.35.-13.00.часов** | Создание условия для формирования и поддержки самооценки, уверенности в собственных возможностях и способностях через подвижные игры. Обеспечить безопасность воспитанников при проведении образовательной деятельности |
| **Организационная работа** | **13.00.-14.30.часов** | Обеспечение порядка в помещении физкультурного зала; сохранность подотчетного имущества. |

**3.7.Особенности традиционных событий, праздников, мероприятий**

Особенности традиционных событий, праздников, меро­приятий обусловлены реализацией комплексно-тематического построения Программы.

Организационной основой реализации комплексно-тематического принципа построения Программы является примерный календарь праздников и развлечений.

**Особенности организации образовательной деятельности в процессе подготовки и проведения праздников и развлечений**

Образовательная деятельность:

• имеет социально-личностную ориентированность и мотивацию всех видов детской деятельности в ходе подготовки и проведения праздников;

• формы подготовки и проведения носят интегративный характер, то есть позволяют решать задачи образовательной деятельности нескольких образовательных областей;

• предполагает многообразие форм подготовки и проведения праздников;

• обеспечивает возможность реализации принципа построения программы «по спирали» или от простого к сложному (основная часть праздников повторяется в следующем возрастном подпериоде дошкольного детства, при этом возрастает мера участия детей и сложность задач, решаемых каждым ребенком при подготовке и проведении праздников);

• выполняет функцию сплочения общественного и семейного дошкольного образования (включение в праздники и подготовку к ним родителей детей).

**План спортивных мероприятий**

**на период с 01.09.2022г. по 31.08.2023г.**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| месяц | тема | группа | ответственный |  |
| I кв. |  |  |  |
| СЕНТЯБРЬ | «До свидания, лето, здравствуй, детский сад!» | 1 младшая №1,№2  2 младшая | Инструктор по ФК |
| «День знаний» | Средняя,  старшая |
| «День знаний» | Компенсирующая,  подготовительная |
| ОКТЯБРЬ | День здоровья | Все группы | Инструктор по ФК |  |
| НОЯБРЬ | «Кто быстрее?» | 1 младшая №1,№2  2 младшая | Инструктор по ФК |
| «Подвижные игры»  «Мир игры» | Средняя, Старшая  компенсирующая  ,подготовительная |
| II кв. |  |  |  |
| ДЕКАБРЬ | «Зимние катания» | 1 младшая №1,№2,  2 младшая | Инструктор  по ФК |
| «Спорт-это сила и здоровье» | Средняя, старшая |
| «Зимние состязание» | Компенсирующая,  подготовительная |
| ЯНВАРЬ | «Зимние радости»  «Зимние забавы»  «Здравствуй зимушка-зима». | 1 младшая №1,№2,  2 младшая  Средняя, старшая  Компенсирующая, подготовительная | Инструктор по ФК |
| ФЕВРАЛЬ | «Зимние забавы» | 1 младшая №1,№2  2 младшая | Инструктор по ФК |
| «День защитника отечества!» | Средняя,  старшая |
| «День защитника отечества!» | Компенсирующая,  подготовительная |
| III кв. |  |  |  |
| МАРТ | «Мы растем сильными и смелыми» | 1 младшая №1,№2  2 младшая | Инструктор по ФК |
| «Веселые старты» | Средняя,  старшая |
| «Игры – соревнования» | Компенсирующая, подготовительная |
| АПРЕЛЬ | День здоровья« Чтобы в космос полететь надо спортом заниматься» | Все группы | Инструктор по ФК |
| МАЙ | « Мой веселый звонкий мяч» | 1 младшая№1, №2  2 младшая | Инструктор по ФК |
| «Мы растем здоровыми». | Средняя,  старшая |
| «Спасибо деду за победу» | Компенсирующая,  подготовительная |
| IV кв. | | | |
| Июнь | «День защиты детей» | Все группы | Инструктор по ФК |
| Июль | «Веселые котята». | 1 младшая№1,№2  2 младшая | Инструктор по ФК |
|  | «Мы с мячами очень дружим». | Средняя,  старшая |
|  | «Веселый стадион». | Компенсирующая, подготовительная |
| Август | День здоровья  «Физкульт - ура!». | Все группы | Инструктор по ФК |

**3.8. Описание материально-технического обеспечения РП инструктора по физической культуре (обеспеченность методическими материалами и средствами обучения и воспитания).**

Материально – технические условия реализации программы соответствуют:

- санитарно – эпидемиологическим требованиям и нормативам;

- правилам пожарной безопасности;

- требованиям к средствам обучения и воспитания в соответствии с возрастом и индивидуальными особенностями детей;

- требованиям к оснащённости помещений развивающей предметно – пространственной средой;

- требованиям к материально – техническому обеспечению программы (учебно – методический комплект), оборудование, оснащение.

**Наименование оборудования, учебно-методических и игровых материалов**

|  |  |
| --- | --- |
| Скамейка гимнастическая (длиной 200-300 см, ширина 24 см, высота 40 см.) | 3 шт |
| Мячи: |  |
| - набивные (1кг.) | 1 шт |
| маленькие ( пластмассовые) | 30шт |
| средние резиновые | 10шт |
| большие резиновые | 20 шт |
| для фитбола | 9шт |
| баскетбольный | 1 шт |
| футбольный | 1 шт |
| для масажа | 10 шт |
| Гимнастический мат | 2 шт |
| Палка гимнастическая (длина 76 см) | 25 шт |
| Скакалка детская- длина 120 см | 10 шт |
| Обруч пластиковый детский (диаметр 54-60 см.) | 15 шт |
| Кегли | 30 шт |
| Штаны для эстафет | 2 пар. |
| Мешки | 2 шт |
| Дуга для подлезания (высота 50 см) | 2 шт |
| Кубики пластмассовые | 20 шт |
| Цветные ленточки (длина 50 см) | 20 шт |
| Бубен | 1 шт |
| Лыжи детские (деревянные) | 20 пар. |
| Самокат | 4 шт |
| Конус для эстафет | 8 шт |
| Кольцеброс ( набор) | 2 шт |
| Корзина для инвентаря мягкая | 4 шт |
| Тоннель | 2 шт |
| Канат для перетягивания | 1 шт |
| Мешочки с грузом малые (масса 150-200 г) | 10 шт |
| Веревка ( 5 м) | 2 шт |
| Модуль мягкий (комплект из 22 сегментов) | 7 шт |
| Лестница стремянка деревянная | 1шт |
| Цветные флажки | 16 шт |
| Санки | 6 шт. |
| Гантели | 20 шт |
| Свисток | 1 шт |
| Секундомер | 1 шт |

**Оборудование спортивной площадки**

|  |  |
| --- | --- |
| Баскетбольные щиты | 2 шт |
| Дуги для подлезания | 6 шт |
| Прыжковая яма | 1 шт |
| Футбольные ворота | 2 шт |
| Спортивный комплекс | 1 шт |

**3.9.Методическое обеспечение образовательной области**

**«Физическое развитие»**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **Автор** | **Название** | **Издательство** |
| Волошина Л.Н. | Планирование образовательной деятельности по парциальной программе физическое развитие «Выходи играть во двор» | ООО «Эпицентр», 2018 |
| С.Ю. Федорова | Планы физкультурных занятий в ясельных группах детского сада | МОЗАЙКА-СИНТЕЗ, 2020. – |
| Пензулаева Л.И. | Физическая культура в детском саду. Младшая группа. ( 3-4 года) | Мозаика - Синтез, 2014 |
| Пензулаева Л.И. | Физическая культура в детском саду. Средняя группа. ( 4-5 лет) | Мозаика - Синтез, 2015 |
| Пензулаева Л.И. | Физическая культура в детском саду: Старшая группа (5-6 лет). | Мозаика - Синтез, 2014 |
| Пензулаева Л.И. | Физическая культура в детском саду: Подготовительная группа (6-7 лет). | Мозаика - Синтез, 2015 |
| Пензулаева Л.И. | Оздоровительная гимнастика: комплексы упражнений для детей 3–7 лет. | Мозаика - Синтез, 2012 |
| Степаненкова Э.Я. | Сборник подвижных игр. | Мозаика - Синтез, 2012 |
| Наглядно-дидактические пособия | ***Серия «Мир в картинках»:***  «Спортивный инвентарь». |  |
| Наглядно-дидактические пособия | ***Серия «Рассказы по картинкам»:***«Зимние виды спорта»;  «Летние виды спорта»;  «Распорядок дня». |  |
| Наглядно-дидактические пособия | ***Серия «Расскажите детям о...»:*** «Расскажите детям о зимних видах спорта»;  «Расскажите детям об олимпийских играх»;  «Расскажите детям об олимпийских чемпионах». |  |
|  | Игровые атрибуты для подвижных игр |  |