

Муниципальное казенное дошкольное образовательное учреждение детский сад  
комбинированного вида № 16 «Березка» с.Ореховка

Принята  
На заседании педагогического совета  
МКДОУ ДС № 16 «Березка» с.Ореховка  
Протокол от 30.08.22 № 1

Утверждена  
Заведующим МКДОУ ДС № 16  
«Березка» с.Ореховка  
Е.Н.Палунова  
Приказ от 30.08.22 № 89



## Рабочая программа инструктора по физической культуре

на 2022 – 2023 учебный год.

Составили воспитатели:

Кисленко Светлана Васильевна высшая категория,  
Каленко Наталья Николаевна 1 квалификационная категория,  
Пронина Юлия Викторовна 1 квалификационная категория,  
Белозерова Зинаида Николаевна СЗД

с.Ореховка 2022г.

## СОДЕРЖАНИЕ

### 1. ЦЕЛЕВОЙ РАЗДЕЛ

#### 1.1. Пояснительная записка

1.1.1. Цели и задачи Программы

1.1.2. Принципы и подходы к формированию Программы

#### 1.2. Значимые для разработки и реализации Программы характеристики

1.2.1. Особенности развития детей.

1.2.2. Особенности осуществления образовательного процесса.

#### 1.3. Планируемые результаты освоения программы

1.3.1. Целевые ориентиры в обязательной части Программы

### 2. СОДЕРЖАТЕЛЬНЫЙ РАЗДЕЛ

2.1. Описание образовательной деятельности.

2.2. Разные виды деятельности и культурные практики, вариативные формы, способы, методы и средства реализации Программы в соответствии с направлениями развития ребенка, представленные в пяти образовательных областях.

2.3. Способы и направления поддержки детской инициативы

2.4. Особенности взаимодействия педагогического коллектива с семьями воспитанников

2.5. Иные характеристики содержания Программы:

Характер взаимодействия детей со взрослыми.

Характер взаимодействия детей с другими детьми.

### 3. ОРГАНИЗАЦИОННЫЙ РАЗДЕЛ

3.1. Описание материально-технического обеспечения Программы.

3.2. Сведения об обеспеченности методическими материалами и средствами обучения и воспитания.

3.3. Распорядок дня.

3.4. Особенности традиционных событий, праздников, мероприятий.

3.5. Особенности организации развивающей предметно-пространственной среды

### ПРИЛОЖЕНИЯ

1. Оценочные материалы

2. Методические материалы

## 1. ЦЕЛЕВОЙ РАЗДЕЛ

### 1.1. Пояснительная записка

Дошкольный возраст – важный период формирования человеческой личности. Именно в детском возрасте формируются основы физического и психического здоровья детей. В общей системе образования и воспитания физическое развитие детей дошкольного возраста занимает особое место. Именно в дошкольном детстве в результате целенаправленного педагогического воздействия формируются здоровье, общая выносливость и работоспособность, жизнедеятельность и другие качества, необходимые для всестороннего гармоничного развития личности. Формирование физических качеств, двигательных умений и навыков тесно связано с психическим здоровьем ребенка, с воспитанием эстетических чувств и нравственно – волевых черт личности. Задачи физического воспитания должны решаться в комплексе и взаимосвязи с задачами умственного, нравственного, эстетического и трудового воспитания.

Работа по физическому воспитанию осуществляется по следующим направлениям:

- Сохранение и укрепление здоровья;
- Развитие основных физических качеств (быстроты, силы, выносливости, ловкости);
- Обучение жизненно необходимым двигательным умениям и навыкам.

Рабочая программа по реализации образовательной области «Физическое развитие» разработана на основе программы дошкольного образования «От рождения до школы» под ред. Н. Е. Вераксы, Т. С. Комаровой, М. А. Васильевой, а также в соответствии со следующими нормативными документами:

- ✓ Федеральный закон «Об образовании в Российской Федерации» от 29.12.2012 года № 273 - ФЗ;
- ✓ Приказ Минобрнауки РФ от 30.08.2013г. № 1014 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по основным общеобразовательным программам – образовательным программам дошкольного образования»;
- ✓ Приказ Минобрнауки РФ от 17.10.2013г. № 1155 «Об утверждении Федерального Государственного Образовательного Стандарта Дошкольного Образования» (ФГОС ДО);
- ✓ СанПин 2.4.1.3049-13 «Санитарно-эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации режима работы дошкольных образовательных организаций»;
- ✓ Устав ДОУ;
- ✓ ООП ДОУ;
- ✓ Годовой план МКДОУ ДС № 16 «Березка» с.Ореховка.

В детском саду функционируют 3 группы общеразвивающей направленности и 1 группа компенсирующей направленности:

- 1 группа – 1,6 – 3 года (I младшая);
- 1 группа – 3 – 5 лет (II младшая - средняя);
- 1 группы – 5 – 7 лет (старшая- подготовительная к школе группа);
- 1 группа – 4 – 7 лет (компенсирующая).

#### *1.1.1. Цели и задачи программы. Принципы.*

**Цель:** сохранение и укрепление здоровья детей, формирование у детей интереса и ценностного отношения к занятиям физической культурой, гармоничного физического развития.

**Задачи:**

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

- создание условий для приобретения опыта в следующих видах деятельности детей: двигательной, в том числе связанной с выполнением упражнений, направленных на развитие таких физических качеств, как координация и гибкость;
- способствовать правильному формированию опорно-двигательной системы организма, развитию равновесия, координации движения, крупной и мелкой моторики обеих рук, а также с правильным, не наносящим ущерба организму, выполнением основных движений (ходьба, бег, мягкие прыжки, повороты в обе стороны)
- формирование начальных представлений о некоторых видах спорта, овладение подвижными играми с правилами;
- способствовать становлению целенаправленности и саморегуляции в двигательной сфере;
- создание условия для становления ценностей здорового образа жизни, овладение его элементарными нормами и правилами (в питании, двигательном режиме, закаливании, при формировании полезных привычек и др.).
- обеспечение вариативности и разнообразия содержания Программ и организационных форм дошкольного образования, возможности формирования Программ различной направленности с учётом образовательных потребностей, способностей и состояния здоровья детей;
- обеспечение психолого-педагогической поддержки семьи и повышение компетентности родителей (законных представителей) в вопросах охраны и укрепления здоровья детей.

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

#### Общепедагогические

- **Принцип осознанности и активности** (П.Ф. Лесгафт) направлен на воспитание у ребенка осознанного отношения к физическим упражнениям и подвижным играм
- **Принцип активности** предполагает в ребенке высокую степень самостоятельности, инициативности и творчества
- **Принцип системности и последовательности** означает построение системы физкультурно-оздоровительной работы и последовательное ее воплощение
- **Принцип повторения** предусматривает формирование двигательных навыков и динамических стереотипов на основе многократного повторения упражнений, движений
- **Принцип постепенности** означает постепенное наращивание физических нагрузок
- **Принцип наглядности** способствует направленному воздействию на функции сенсорных систем, участвующих в движении
- **Принцип доступности и индивидуализации** означает обязательный учет индивидуальных особенностей ребенка для правильного подбора доступных ему физических нагрузок

#### Специальные

- **Принцип непрерывности** выражает закономерности построения физического развития как целостного процесса
- **Принцип системного чередования физических нагрузок и отдыха** направлен на сочетание высокой активности и отдыха в разных формах двигательной активности
- **Принцип постепенного наращивания развивающе-тренирующих воздействий** выражает поступательный характер и обуславливает усиление и обновление воздействий в процессе физического развития
- **Принцип адаптивного сбалансирования динамики нагрузок** выражает зависимость динамичности нагрузок от закономерности адаптации к ним ребенка
- **Принцип всестороннего и гармоничного развития личности** выражает взаимосвязь физического, интеллектуального, духовного, нравственного и эстетического развития ребенка
- **Принцип оздоровительной направленности** решает задачи укрепления здоровья ребенка
- **Принцип оптимального сочетания фронтальных, групповых и индивидуальных способов обучения**

В Программе на первый план выдвигается развивающая функция образования, обеспечивающая становление личности ребенка и ориентирующая педагога на его индивидуальные особенности, что соответствует научной «Концепции дошкольного воспитания» (авторы В.В. Давыдов, В.А. Петровский и др., 1989 г.) о признании самоценности дошкольного периода детства и Концепция «Дошкольное образование как ступень системы общего образования» (В.И. Слободчиков, Н.А. Короткова и др., 2005 г.). Самоценность детства – понимание (рассмотрение) детства как периода жизни, значимого самого по себе, без всяких условий; значимого тем, что происходит с ребенком сейчас, а не тем, что этот период – подготовка к следующему этапу развития.

Программа основывается на следующих научно обоснованных подходах

1. *Культурно-исторический подход* к развитию человека (Л. С. Выготский) определяет ряд принципиальных положений Программы (необходимость учёта интересов и потребностей ребёнка дошкольного возраста, его зоны ближайшего развития, ведущей деятельности возраста; понимание взрослого как главного носителя культуры в процессе развития ребёнка; организацию образовательного процесса в виде совместной деятельности взрослого и детей и др.).
2. *Деятельностный подход* предполагает активное взаимодействие ребёнка с окружающей его действительностью, направленное на её познание и преобразование в целях удовлетворения потребностей. Любая человеческая деятельность включает в себя ряд структурных компонентов: мотив, цель, действия, продукт, результат. Выпадение хотя бы одного из них размывает понятие деятельности. Поэтому образовательный процесс должен быть построен таким образом, чтобы каждый ребёнок не просто осуществлял видимую, операциональную сторону деятельности, но был при этом активно-положительно мотивирован на достижение цели, добивался ожидаемого результата (А.Н.Леонтьев, Д.Б.Эльконин, А.В.Запорожец, В.В.Давыдов).
3. *Личностный подход* в широком значении предполагает отношение к каждому ребёнку как к самостоятельной ценности, принятие его таким, каков он есть. Практические выходы личностного подхода: приоритетное формирование базиса личности ребёнка; мотивация всего образовательного процесса: ребёнок усваивает образовательный материал только тогда, когда тот для него из объективного (существующего независимо от человека) становится субъективным (лично значимым); утверждение в образовательном процессе субъект-субъектных (партнёрских) отношений между взрослыми и детьми. (Л.С. Выготский, А.Н. Леонтьев, Л.И.Божович, Д.Б. Эльконин, А.В. Запорожец).
4. *Общенаучный системный подход* позволяет рассматривать Программу как систему, в которой все элементы взаимосвязаны. Один из главных признаков этой системы — её открытость. Программа не догма, а документ рамочного характера, в котором «возможны варианты» — изменения, дополнения, замены.

## 1.2. Значимые для разработки и реализации Программы характеристики.

### 1.2.1. Особенности физического развития детей дошкольного возраста.

Возраст	Характеристика
3-4 года	3-хлетний ребенок владеет основными жизненно важными движениями (ходьба, бег, лазание, действия с предметами). Возникает интерес к определению соответствия движений образцу. Дети испытывают свои силы в более сложных видах деятельности, но вместе с тем им свойственно неумение соизмерять свои силы со своими возможностями. Моторика выполнения движений характеризуется более или менее точным воспроизведением структуры движения, его фаз, направления и т.д. К 4-м годам ребенок может без остановки пройти по гимнастической скамейке, руки в стороны; ударять мяч об пол и ловить его двумя руками (3 раза

	<p>поряд); перекладывать по одному мелкие предметы (пуговицы, горошины и т.п. – всего 20 шт.) с поверхности стола в небольшую коробку (правой рукой). Начинает развиваться самооценка при выполнении физических упражнений, при этом дети ориентируются в значительной мере на оценку воспитателя. 3-4-х летний ребенок владеет элементарными гигиеническими навыками самообслуживания (самостоятельно и правильно моет руки с мылом после прогулки, игр, туалета; аккуратно пользуется туалетом: туалетной бумагой, не забывает спускать воду из бачка для слива; при приеме пищи пользуется ложкой, салфеткой; умеет пользоваться носовым платком; может самостоятельно устранить беспорядок в одежде, причёске, пользуясь зеркалом, расческой).</p>
4-5 лет	<p>В этом возрасте продолжается рост всех органов и систем, сохраняется потребность в движении. Двигательная активность становится целенаправленной, отвечает индивидуальному опыту и интересу, движения становятся осмысленными, мотивированными и управляемыми. Сохраняется высокая эмоциональная значимость процесса деятельности для ребенка, неспособность завершить ее по первому требованию. Появляется способность к регуляции двигательной активности. У детей появляется интерес к познанию себя, своего тела, его строения, возможностей. У детей возникает потребность действовать совместно, быстро, ловко, в едином для всех детей темпе; соблюдать определенные интервалы во время передвижения в разных построениях, быть ведущим. Уровень функциональных возможностей повышается.</p> <p>Позитивные изменения наблюдаются в развитии моторики. Дошкольники лучше удерживают равновесие, перешагивая через небольшие преграды, нанизывает бусины (20 шт.) средней величины (или пуговицы) на толстую леску.</p> <p>В 4-5 лет у детей совершенствуются культурно-гигиенические навыки (хорошо освоен алгоритм умывания, одевания, приема пищи): они аккуратны во время еды, умеют правильно надевать обувь, убирают на место свою одежду, игрушки, книги. В элементарном самообслуживании (одевание, раздевание, умывание и др.) проявляется самостоятельность ребенка.</p>
5-6 лет	<p>Продолжается процесс окостенения скелета ребенка. Дошкольник более совершенно овладевает различными видами движений. Тело приобретает заметную устойчивость. Дети к 6 годам уже могут совершать пешие прогулки, но на небольшие расстояния. Шестилетние дети значительно точнее выбирают движения, которые им надо выполнить. У них обычно отсутствуют лишние движения, которые наблюдаются у детей 3-5 лет. В период с 5 до 6 лет ребенок постепенно начинает адекватно оценивать результаты своего участия в играх соревновательного характера. Удовлетворение полученным результатом к 6 годам начинает доставлять ребенку радость, способствует эмоциональному благополучию и поддерживает положительное отношение к себе («я хороший, ловкий» и т.д.). Уже начинают наблюдаться различия в движениях мальчиков и девочек (у мальчиков – более прерывистые, у девочек – мягкие, плавные). К 6 годам совершенствуется развитие мелкой моторики пальцев рук. Некоторые дети могут продеть шнурок в ботинок и завязать бантиком. В старшем возрасте продолжают совершенствоваться культурно-гигиенические навыки: умеет одеться в соответствии с условиями погоды, выполняет основные правила личной гигиены, соблюдает правила приема пищи, проявляет навыки самостоятельности. Полезные привычки способствуют</p>

	усвоению основ здорового образа жизни.
6-7 лет	<p>К 7 годам скелет ребенка становится более крепким, поэтому он может выполнять различные движения, которые требуют гибкости, упругости, силы. Его тело приобретает заметную устойчивость, чему способствует усиленный рост ног. Ноги и руки становятся более выносливыми, ловкими, подвижными. В этом возрасте дети уже могут совершать довольно длительные прогулки, долго бегать, выполнять сложные физические упражнения. У семилетних детей отсутствуют лишние движения. Ребята уже самостоятельно, без специальных указаний взрослого, могут выполнить ряд движений в определенной последовательности, контролируя их, изменяя (произвольная регуляция движений). Ребенок уже способен достаточно адекватно оценивать результаты своего участия в подвижных и спортивных играх соревновательного характера. Удовлетворение полученным результатом доставляет ребенку радость и поддерживает положительное отношение к себе и своей команде («мы выиграли, мы сильнее»).</p> <p>Имеет представление о своем физическом облике (высокий, толстый, худой, маленький и т.п.) и здоровье, заботиться о нем. Владеет культурно-гигиеническими навыками и понимает их необходимость.</p>

### 1.2.2. Особенности осуществления образовательного процесса.

Режим двигательной активности.

Форма двигательной активности	Особенность организации			
	1 младшая группа	Средняя - старшая группа	компенсирующая группа	Подготовительная группа
Утренняя гимнастика	Ежедневно 5 мин	Ежедневно 6 - 8 мин	Ежедневно 8 -10 мин	Ежедневно 10 -12 мин
Спортивные игры	-	не менее 1 р. в неделю – целенаправленное обучение		
Физкультурные занятия	3 раза в неделю по 15 мин.	3 раза в неделю по 20 мин.	3 раза в неделю по 25 минут	3 раза в неделю по 30 минут
Неделя здоровья и спорта	2 раза в год			
Физкультурно-спортивные праздники	2 раза (зима, лето) в год, 20 – 25 мин		2 раза (зима, лето) в год, 50 – 60 мин	
Физкультурный досуг	1 раз в месяц, 20 мин	1 раз в месяц, 20 мин	1 раз в месяц, 30 мин	1 раз в месяц, 35 мин
Кружки, секции по видам физических и спортивных упражнений, игр, танцев	По желанию родителей , 2 раза в неделю			
Участие в физкультурно - массовых мероприятиях	По желанию родителей			

Занятия по физическому развитию для детей в возрасте от 2 до 8 лет организуется не менее 3 раз в неделю. Длительность занятий по физическому развитию зависит от возраста детей и составляет:

- В 1 младшей группе – 15 мин.,
- Во 2 младшей группе – 20 мин.,
- В компенсирующей группе – 25 мин.,
- В старшей группе – 30 мин
- В комбинированной группе – 30 мин

***Проекты, реализуемые в части формируемой участниками образовательных отношений:***

Проект «Мы живем на Ставрополье». Цель: приобщение детей к опыту традиционной народной культуры в рамках подготовки и празднования русских народных календарных праздников.

Задачи.

- 1) Формировать представление у детей о традициях, подготовки и проведении народных праздников
- 2) Развивать у детей познавательные процессы, воображение, мелкую моторику.

### **1.3. Планируемые результаты освоения программы.**

#### ***1.3.1. Целевые ориентиры в обязательной части Программы.***

**Целевые ориентиры** - нормативные возрастные характеристики возможных достижений ребёнка на этапе завершения уровня дошкольного образования не подлежат непосредственной оценке, в том числе в виде педагогической диагностики (мониторинга), не являются основой объективной оценки подготовки детей.

#### **Целевые ориентиры:**

*в раннем возрасте:*

- ребенок знает назначение бытовых предметов (ложки, расчески, и пр.) и умеет пользоваться ими. Владеет простейшими навыками самообслуживания; стремится проявлять самостоятельность в бытовом поведении;

- у ребенка развита крупная моторика, он стремится осваивать различные виды движения (бег, лазанье, перешагивание и пр.).

*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;

- ребенок способен к волевым усилиям, может следовать социальным нормам поведения и правилам в разных видах деятельности, во взаимоотношениях со взрослыми и сверстниками, может соблюдать правила безопасного поведения и личной гигиены.

- имеет начальные представления о ЗОЖ. Воспринимает ЗОЖ как ценность.

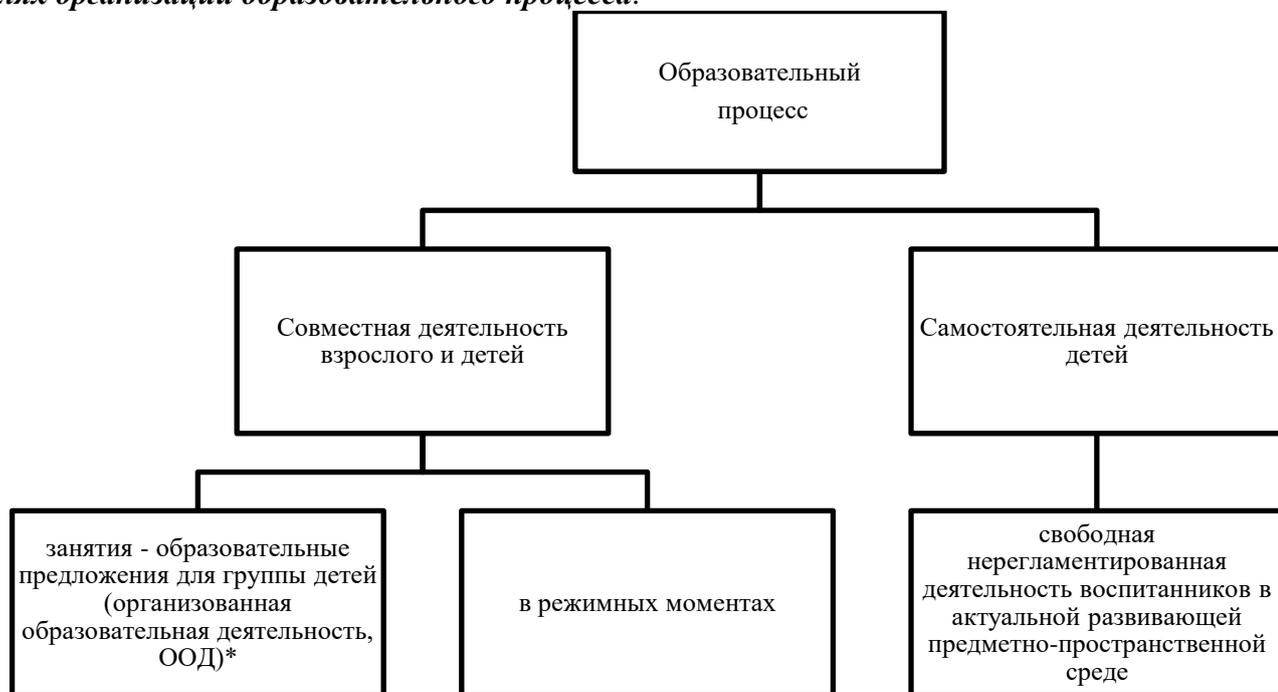
Система оценки реализуется посредством диагностики (мониторинга) детского развития – освоения воспитанниками образовательной области «Физическое развитие». Мониторинг осуществляется в форме регулярных наблюдений педагога за детьми в повседневной жизни в процессе непосредственного взаимодействия с ними. Основным механизмом оценки является фиксация показателей развития воспитанника, посредством наблюдения. Фиксация показателей развития выражается в словесной (опосредованной) форме: может делать самостоятельно, может делать с помощью воспитателя, не может делать. Инструментом в работе воспитателя являются диагностические таблицы (карты наблюдений): «Индивидуальное развитие», «Развитие группы» (отражена общегрупповая тенденция развития). Данные таблицы представляют собой перечень качеств, навыков и представлений ребёнка, характерных для относительной возрастной нормы в рамках образовательной области «Физическое развитие». Результаты педагогической диагностики используются для решения следующих образовательных задач: индивидуализация образования и оптимизация работы с группой.

## 2. Содержательный раздел.

### 2.1. Описание образовательной деятельности

Программа обеспечивает развитие личности, мотивации и способностей детей в различных видах деятельности и охватывает структурную единицу, представляющую определенное направления развития и образования детей (далее - образовательная область): физическое развитие.

*Организация жизни и деятельности детей осуществляется в двух основных моделях организации образовательного процесса:*



\* Занятия – образовательные предложения для целой группы детей могут носить характер непрерывной организованной образовательной деятельности (ООД) и (или) совместной партнёрской деятельности взрослого и ребёнка.



Задачи и содержание работы в МКДОУ ДС № 16 «Березка» с.Ореховка по физическому развитию (в разных возрастных группах) раскрыто в авторской комплексной программмах «От рождения до школы» под ред. Н.Е. Вераксы, Т.С. Комаровой, М.А. Васильевой. М.: МОЗАИКА-СИНТЕЗ, 2014 г. (128 - 139).



Расписание занятий по физической культуре.

<b>День недели</b>	<b>Занятия</b>	<b>Время</b>
Понедельник	1. Группа «Солнышко» 2. Группа «Колокольчик»	9.30-9.50 10.10-10.35
Вторник	1. Группа «Грибок» 2. Группа «Ромашка»	9.20-9.30 9.35-10.00
Среда	1. Группа «Солнышко» 2. Группа «Колокольчик» 3. Группа «Ромашка» 4. Группа «Грибок»	9.00-9.20 9.35-10.00 10.10-10.25 на прогулке
Четверг	1. Группа «Колокольчик» 2. Группа «Ромашка»	на прогулке на прогулке
Пятница	1. Группа «Грибок» 2. Группа «Солнышко»	9.00 - 9.10 на прогулке

## 2.2 Разные виды деятельности и культурные практики, вариативные формы, способы, методы и средства реализации Программы в соответствии с направлениями развития ребенка, представленные в образовательной области «Физическое развитие».

Направление	Формы	Способы	Методы и приёмы	Средства	Технологии
Физическая культура	Занятия по физической культуре в зале и на свежем воздухе, утренняя гимнастика, спортивные досуги, физкультминутки, игровые упражнения, Музыкально-ритмические движения на музыкальных занятиях, динамические паузы, гимнастика после дневного сна, спортивные, подвижные, сюжетные, дидактические и малоподвижные игры. Рассмотрение картин и иллюстраций с изображением различных видов спорта	Фронтальный: все дети выполняют одновременно одинаковое движение. Групповой: каждая группа упражняется в осуществлении определенных движений. Поточный: выполнение физических упражнений друг за другом, переходя от одних движений к другим. Индивидуальный: дети выполняют одно движение в порядке очередности.	Наглядно-зрительные приемы (показ физических упражнений, использование наглядных пособий, имитация, зрительные ориентиры) Наглядно-слуховые приемы (музыка, песни) Тактильно-мышечные приемы (непосредственная помощь воспитателя) Объяснения, пояснения, указания, вопросы к детям, образный сюжетный рассказ, беседа, словесная инструкция, повторение упражнений без изменения и с изменениями, проведение упражнений в игровой форме, проведение упражнений в соревновательной форме	Спортивное оборудование	Пензулаева Л.И. Физкультурные занятия с детьми 3-4 лет, 4-5 лет, 5-6 лет, 6-7 лет
Здоровый образ жизни	Занятия по ЗОЖ в т.ч. интегрированные. -Игры (дидактические, строительные, сюжетно-ролевые, настольно-печатные), досуги, физкультминутки, проектная деятельность, утренняя гимнастика, двигательная активность на прогулке, игровые упражнения, гигиенические процедуры. Разные виды гимнастик, беседа по вопросам, связанных с формированием понятия здорового образа жизни, решение проблемных ситуаций, подвижные игры. Игры (дидактические, строительные, сюжетно-ролевые, настольно-печатные). Самостоятельное	Репродуктивные, фронтальный, информационно-демонстрационный, коллективно-игрового взаимодействия.	Методы формирования сознания личности: Рассказ, разъяснение, объяснение, беседа этическая, анализ ситуаций, чтение, игра Методы организации жизнедеятельности и поведения: Поручение, игра, упражнение, ситуативный разговор, проблемная ситуация Художественное слово Методы контроля: Педагогическое наблюдение	Общий режим питания отдыха сна; гигиена одежды обуви оборудования и помещения; рациональное питание. Естественные силы природы (солнце, воздух, вода)и специальные меры закаливания	О.В.Козырева «Лечебная физкультура для дошкольников»

	рассматривание картин и иллюстраций с изображением различных сюжетов, связанных с формированием понятия здорового образа жизни.				
--	---	--	--	--	--

*Средства, формы и методы физической культуры* обеспечивают эффективное решение задач физического развития, если будут выступать в форме целостного двигательного режима, отвечающего возрастным и индивидуальным особенностям каждого ребенка

### 2.3. Способы и направления поддержки детской инициативы

Направление	Способы
Поддержка детской автономии: - самостоятельность в замыслах и их воплощении; - индивидуальная свобода деятельности; - самоопределение	Создание условий для самовыражения в различных видах деятельности и различными средствами (игровой, конструктивной, продуктивной, художественно-эстетической, общении, двигательной и др.). Поддержка инициативных высказываний. Применение методов проблемного обучения, а также использование интерактивных форм обучения.
Поддержка спонтанной игровой деятельности (индивидуальной или коллективной), где замысел, воплощение сюжета, выбор партнеров осуществляется детьми без вмешательства педагога	Создание условий для развития и развертывания спонтанной детской игры: - выбор оптимальной тактики поведения педагога; - наличие времени в режиме дня, отведенного на спонтанную свободную игру (не менее 1,5 часов в день, непрерывность каждого из временных промежутков должна составлять по возможности не менее 30 минут, один из таких промежутков отводится на прогулку); - наличие разнообразных игровых материалов.
Развитие ответственной инициативы	Давать посильные задания поручения; снимать страх «я не справлюсь». Давать задания интересные, когда у ребенка есть личный интерес что-то делать (желание помочь, поддержать, быть не хуже или лучше остальных). Учить объективно смотреть на возможные ошибки и неудачи, адекватно реагировать на них.

(Будже Т. А. Способы и направления поддержки детской инициативы [<https://mcko.ru>])

#### Приёмы поддержки детской инициативы детей 3-4 лет<sup>8</sup>

Приоритетной сферой проявления детской инициативы является продуктивная деятельность.

Для поддержки детской инициативы необходимо:

- создавать условия для реализации собственных планов и замыслов каждого ребенка;
- рассказывать детям об их реальных, а также возможных в будущем достижениях;
- отмечать и публично поддерживать любые успехи детей;
- всемерно поощрять самостоятельность детей и расширять ее сферу;
- помогать ребенку найти способ реализации собственных поставленных целей;

1. способствовать стремлению научиться делать что-то и поддерживать радостное ощущение возрастающей умелости;

- в ходе занятий и в повседневной жизни терпимо относиться к затруднениям ребенка, позволять ему действовать в своем темпе;
- не критиковать результаты деятельности детей, а также их самих. Ограничить критику исключительно результатами продуктивной деятельности, используя в качестве субъекта критики игровые персонажи (детей критикует игрушка, а не педагог);
- учитывать индивидуальные особенности детей, стремиться найти подход к застенчивым, нерешительным, конфликтным, непопулярным детям;

<sup>8</sup>С.Г. Якобсон, Т.И. Гризик, Т.Н. Доронова, Е.В. Соловьёва, Е.А. Екжанова

- уважать и ценить каждого ребенка независимо от его достижений, достоинств и недостатков;
- создавать в группе положительный психологический микроклимат, в равной мере проявляя любовь и заботу ко всем детям: выражать радость при встрече, использовать ласку и теплое слово для выражения своего отношения к ребенку, проявлять деликатность и тактичность;
- всегда предоставлять детям возможности для реализации их замысла в творческой продуктивной деятельности.

#### **Приёмы поддержки детской инициативы детей 4-5 лет**

Приоритетной сферой проявления детской инициативы является познавательная деятельность, расширение информационного кругозора, игровая деятельность со сверстниками.

Для поддержки детской инициативы необходимо:

- способствовать стремлению детей делать собственные умозаключения, относиться к таким попыткам внимательно, с уважением;
- обеспечивать для детей возможности осуществления их желания переодеться и наряжаться, примеривать на себя разные роли. Иметь в группе набор атрибутов и элементов костюмов для переодевания, а также технические средства, обеспечивающие стремление детей петь и двигаться под музыку;
- создавать условия, обеспечивающие детям возможность строить дом, укрытия для сюжетных игр;
- при необходимости осуждать негативный поступок, действие ребенка, но не допускать критики его личности, его качеств. Негативные оценки давать только поступкам ребенка и только с глазу на глаз, а не перед всей группой;
- не допускать диктата, навязывания в выборе детьми сюжета игры;
- обязательно участвовать в играх детей по их приглашению (или при их добровольном согласии) в качестве партнера, равноправного участника, но не руководителя игры;
- привлекать детей к украшению группы к праздникам, обсуждая разные возможности и предложения;
- побуждать детей формировать и выражать собственную эстетическую оценку воспринимаемого, не навязывая им мнение взрослых;
- привлекать детей к планированию жизни группы в день;
- читать и рассказать детям по их просьбе, включать музыку.

#### **Приёмы поддержки детской инициативы детей 5 –6 лет**

Приоритетной сферой проявления детской инициативы является вне ситуативно-личностное общение со взрослыми и сверстниками, а также информационная познавательная инициатива.

Для поддержки детской инициативы необходимо:

- создавать в группе положительный психологический микроклимат, в равной мере проявляя любовь и заботу ко всем детям: выражать радость при встрече, использовать ласку и теплое слово для выражения своего отношения к ребенку;
- уважать индивидуальные вкусы и привычку детей;
- поощрять желание создавать что-либо по собственному замыслу; обращать внимание детей на полезность будущего продукта для других или ту радость, которую он доставит кому-то (маме, бабушке, папе, другу);
- создавать условия для разнообразной самостоятельной творческой деятельности детей;
- при необходимости помогать детям в решении проблем организации игры;
- привлекать детей к планированию жизни группы на день и на более далекую перспективу. Обсуждать выбор спектакля для постановки, песни, танца и т.п.;
- создавать условия и выделять время для самостоятельной творческой и познавательной деятельности детей по интересам.

### **Приёмы поддержки детской инициативы детей 6-7 лет<sup>8</sup>**

Приоритетной сферой проявления детской инициативы является научение, расширение сфер собственной компетентности в различных областях практической предметной, в том числе, орудийной деятельности, а также информационная познавательная деятельность.

Для поддержки детской инициативы необходимо:

- вводить адекватную оценку результата деятельности ребенка с одновременным признанием его усилий и указанием возможных путей и способов совершенствования продуктов деятельности;
- спокойно реагировать на неуспех ребенка и предлагать несколько вариантов исправления работы: повторное исполнение спустя некоторое время, доделывание, совершенствование деталей и т.п. Рассказывать детям о трудностях, которые педагоги испытывали при обучении новым видам деятельности;
- создавать ситуации, позволяющие ребенку реализовывать свою компетентность, обретая уважение и признание взрослых и сверстников;
- обращаться к детям с просьбой, показать воспитателю те индивидуальные достижения, которые есть у каждого, и научить его добиваться таких же результатов;
- поддерживать чувство гордости за свой труд и удовлетворение его результатами;
- создавать условия для разнообразной самостоятельной творческой деятельности детей;
- при необходимости помогать детям в решении проблем при организации игры;
- привлекать детей к планированию жизни группы на день, неделю, месяц. Учитывать и реализовать их пожелания и предложения;
- создавать условия и выделять время для самостоятельной творческой или познавательной деятельности детей по интересам;
- устраивать выставки и красиво оформлять постоянную экспозицию работ;
- организовывать концерты для выступления детей и взрослых.

---

<sup>8</sup>С.Г. Якобсон, Т.И. Гризик, Т.Н. Доронина, Е.В. Соловьёва, Е.А. Екжанова

Месяц	Методическая работа по взаимодействию с педагогическим составом	Работа с детьми	Взаимодействие с родителями
Сентябрь	Внести изменения в содержание предметно – развивающей среды физкультурных уголков групп, участков, пополнив необходимым физкультурным оборудованием в соответствии с ФГОС ДО.	Спортивные досуги: «Любим спортом заниматься» (младшие группы). «Время развлечений» (старшие группы). «Азбука безопасности»	Подготовить наглядную агитацию на тему «Катание на самокатах»
Октябрь	Провести индивидуальные беседы для воспитателей «Закрепление основных видов движений при физкультурно - оздоровительной деятельности на улице».	Физкультурные досуги: «Разноцветные дорожки» (младшие группы) (средние группы) «Краски осени» (старшие, подготовительные к школе группы)	Анкетирование родителей
Ноябрь	«Игра как средство физического и умственного развития дошкольников»	Физкультурные досуги «Мы – юные пожарные», «Пожарные на учениях»	Стеновый доклад на тему «Дыхательная гимнастика и точечный массаж для часто болеющих детей».
Декабрь	Консультация «Спортивные игры на зимнем участке».	Физкультурные развлечения: «В городке веселых затей» (младшие, средние группы). «Эх, Зимушка-Зима, спортивная» (старшие, подготовительные к школе группы.)	Стеновый доклад на тему «Катание на санках, коньках, лыжах».
Январь	Консультация «Осанка ребенка».	1.Зимние забавы на спортивном участке (улица) «Весёлые звери» (младшие, средние группы). «Нам не страшен мороз» (старшие, подготовительные к школе группы).	Советы на тему «Это легко и просто», о совместных занятиях с детьми дома.
Февраль	Консультации для воспитателей по использованию нетрадиционного спортивного оборудования для оздоровления детей.	Физкультурно–развлекательный досуг «Будем в армии служить» (младшие, средние группы). «А ну – ка, мальчики!» (старшие, подготовительные к школе группы).	Организовать выставку работ «Мы – будущие солдаты!».
Март		Физкультурные досуги «Прощай, зимушка-зима, здравствуй, тёплая весна!» (младшие, средние группы). Провести спортивный конкурс «А ну-ка девочки!» (старшие, подготовительные к школе группы).	Стеновый доклад «Катание на велосипеде»
Апрель	Круглый стол на тему: «Повышение двигательной активности на прогулках».	Спортивные досуги «День космонавтики» Спортивный праздник «Мама, папа, я – спортивная семья!» (средние, старшие, подготовительные к школе группы).	«Скакалка - супертренажер»
Май	Гимнастика после сна.	Весенняя спартакиада с воспитанниками всех возрастных групп. Спортивные досуги:	«Каким же должно быть питание для маленького спортсмена?»

		«Разноцветные цветы» (младшие, средние группы); «Прыгалки - скакалки» (старшие, подготовительные к школе группы). спортивное развлечение «Дорожный калейдоскоп»	
Июнь	Подобрать материал для воспитателей о формах и методах закаливания в летнее время.	Организовать и провести спортивный праздник с воспитанниками всех возрастных групп «Вот и лето пришло!».	Стеновый доклад «Купание в водоемах»
Июль			Консультации «Способы эффективного закаливания»
Август	Что рассказать детям об Олимпиаде.	Олимпийская неделя.	«Здоровые дети в здоровой семье»

## **2.5 Иные характеристики содержания Программы**

### **2.5.1 Характер взаимодействия детей с другими детьми.**

Взаимоотношения в группе детей начинаются тогда, когда необходимо согласовывать совместные действия, собственные выборы, стовариваться с партнером, убеждая его словом и делом. В самоорганизующемся сообществе детей у каждого ребенка формируются средства, позволяющие ему взаимодействовать со сверстниками и взрослыми в любой ситуации. Становление детского сообщества условно можно разделить на три этапа: 3-4 года – создание предпосылок дошкольного детского сообщества; 5 – 6 лет – организация сотрудничества детей в малых подгруппах; 6 – 7 лет – развитие межгрупповых взаимодействий.

Принципы обучения детей правилам взаимодействия в групповой деятельности через совместную деятельность в паре, подгруппе, группе:

1. Постепенность усложнения ситуаций взаимодействия, характера и сложности заданий, которые определяют степень объединения детей.
2. Увеличение количественного состава объединений (в паре, тройке, подгруппе).
3. Ориентация на личностное развитие в процессе совместной деятельности.

Ориентация на личностное развитие в процессе совместной деятельности предполагает:

- постановку ребенка в ситуацию ответственной зависимости от партнера или партнеров;
- стимулирование заинтересованности детей процессом взаимодействия и поддержание значимости продукта совместной деятельности;
- динамичность, изменение социальной роли ребенка от момента к моменту общения (лидер, подчиненный, равноправный участник и т.п.).

*Этапы развития детского сотрудничества в совместной деятельности:*

I этап: Обогащение представлений детей о сверстнике как о партнере по совместной деятельности – основа для последующего освоения содержания совместной деятельности, коммуникативных умений и представлений о правилах взаимодействия

II этап: освоение детьми определенной модели сотрудничества:

- Совместно-индивидуальной
- Совместно-последовательной
- Совместно-взаимодействующей

*Приемы создания позитивных, доброжелательных отношений между дошкольниками:*

- личный пример доброго, внимательного отношения воспитателя к окружающим;
- заботливое, сердечное, ласковое отношение к каждому ребёнку;
- создание эмоционально-насыщенной среды: (режим дня, внешняя обстановка, организация занятости детей, эмоциональная речь воспитателя);
- установление эмоционального контакта с ребенком, совершившим нежелательный поступок, вовлечение его в происходящее вокруг событие, создание положительно-эмоционального настроения в группе детей по отношению к этому ребенку;
- совместное эмоциональное переживание в подвижных играх, играх-забавах;
- согласованность в деятельности между родителями и педагогами.

### **2.5.2 Характер взаимодействия детей со взрослыми.**

ФГОС ДО законодательно закрепляют необходимость пересмотра педагогами особенностей взаимодействия с детьми. Освоение ребёнком Программы рассматривается в документе как его совместный путь с педагогом партнёром. Главным в таких отношениях является согласование позиций и устремлений между партнёрами: субъекты имеют свои цели и готовы к взаимным уступкам, общение отличается уважительностью, корректностью, умением поставить себя на место партнёра, вникнуть в его проблемы и ситуацию. Ключевой особенностью Стандарта является смещение основных акцентов в отношениях взрослого и ребёнка с

преобладания закрытого совместного действия, когда педагог является руководителем, а ребёнок подчинённым, на со организацию обращённого и открытого типов совместного действия взрослых и детей. В обращённом совместном действии педагог становится лидером, а дети соисполнителями в решении общих задач, проблем. Ребёнок начинает участвовать в совместной деятельности со своими вопросами, репликами, интересами, пробными действиями, потому что педагог начинает обращаться к его личному опыту, пониманию, учит общению и взаимодействию со взрослыми и сверстниками. В открытом совместном действии возникают партнёрские отношения. Открытость означает, что ребёнок не только участвует, но и влияет на происходящее, например, не просто выбирает из предложенного взрослым, преобразовывает, реконструирует, но и способен выступить со своей инициативой, предложить собственный замысел и воплотить его в рисунке, постройке, рассказе, оценке.

*При реализации образовательной программы педагог:*

- продумывает содержание и организацию совместного образа жизни детей, условия эмоционального благополучия и развития каждого ребенка;
- определяет единые для всех детей правила сосуществования детского общества, включающие равенство прав, взаимную доброжелательность и внимание друг к другу, готовность прийти на помощь, поддержать;
- соблюдает гуманистические принципы педагогического сопровождения развития детей, в числе которых забота, теплое отношение, интерес к каждому ребенку, поддержка и установка на успех, развитие детской самостоятельности, инициативы;
- осуществляет развивающее взаимодействие с детьми, основанное на современных педагогических позициях: «Давай сделаем это вместе»; «Посмотри, как я это делаю»; «Научи меня, помоги мне сделать это»;
- сочетает совместную с ребенком деятельность (игры, труд, наблюдения и пр.) и самостоятельную деятельность детей;
- ежедневно планирует образовательные ситуации, обогащающие практический и познавательный опыт детей, эмоции и представления о мире;
- создает развивающую предметно-пространственную среду;
- наблюдает, как развиваются самостоятельность каждого ребенка и взаимоотношения детей;
- сотрудничает с родителями, совместно с ними решая задачи воспитания и развития малышей.

### **3. ОРГАНИЗАЦИОННЫЙ РАЗДЕЛ**

#### **3.1. Описание материально-технического обеспечения Программы.**

В спортивном зале имеется оборудование: обручи, скакалки, мячи, дорожка массажная, кегли, палки гимнастические, ленты, мешки с грузом, стенка гимнастическая (шведская), гимнастические скамейки, дуги для подлезания, мячи разного диаметра, навесные мишени, мяч-попрыгун, платочки, стойка, мягкие шнуры-косички, доска полужесткая из круглых перекладин, доска гимнастическая с зацепами, скамейки гимнастические, корзины для хранения мячей, секция-стенка гимнастическая.

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

В соответствии с требованиями ФГОС, развивающая предметно-пространственная среда, созданная для реализации направления «Физическое развитие», должна быть содержательно-насыщенной, трансформируемой, полифункциональной, вариативной, доступной и безопасной.

1. Насыщенность среды соответствует возрастным возможностям детей и содержанию Программы.

Образовательное пространство оснащено средствами обучения и воспитания, соответствующими материалами, в том числе расходным игровым, спортивным, оздоровительным оборудованием, инвентарем.

2. Трансформируемость пространства предполагает возможность изменений предметно-пространственной среды в зависимости от образовательной ситуации, в том числе от меняющихся интересов и возможностей детей.

3. Полифункциональность материалов предполагает:

- возможность разнообразного использования различных составляющих предметной среды, например, матов, мягких модулей и т.д.;

- наличие полифункциональных (не обладающих жестко закрепленным способом употребления) предметов, пригодных для использования в разных видах двигательной активности.

4. Вариативность среды предполагает:

- наличие разнообразных материалов и оборудования, обеспечивающих свободный выбор детей;

- периодическую сменяемость игрового материала, появление новых предметов, стимулирующих игровую, двигательную активность детей.

5. Доступность среды предполагает:

- доступность для воспитанников всех помещений, где осуществляется образовательная деятельность;

- свободный доступ детей к материалам, оборудованию физкультурного зала, обеспечивающим двигательную активность;

- исправность и сохранность материалов и оборудования.

6. Безопасность предметно-пространственной среды предполагает соответствие всех ее элементов требованиям по обеспечению надежности и безопасности их использования

В зале, где проводятся физкультурные занятия, расположены стойки с физкультурными принадлежностями. Все предметы находятся на определенном месте и доступны для воспитанников. После каждого занятия проводится влажная уборка. В зале поддерживается оптимальная температура и соблюдается режим проветривания.

В раздевалке каждой группы помещен физкультурный уголок, целью которого является развитие двигательной активности и физических качеств детей. Предметное наполнение уголка применяется в подвижных играх (в группе и на улице), индивидуальной двигательной деятельности, в свободной деятельности детей.

Безопасность среды в каждой группе и зале соответствует требованиям по обеспечению надёжности и безопасности их использования.

### **3.3. Сведения об обеспеченности методическими материалами и средствами обучения и воспитания.**

Образовательные области	Методическая литература и дидактические пособия, средства
1.Физическое развитие	1.1 Л.И.Пензулаева Физическая культура в детском саду: Младшая группа.- М.: Мозаика-синтез,2016. 1.2 Л.И.Пензулаева Физическая культура в детском саду: Средняя группа.- М.: Мозаика-синтез,2016. 1.3 Л.И.Пензулаева Физическая культура в детском саду: Старшая группа.- М.: Мозаика-синтез,2016. 1.4 Л.И.Пензулаева Физическая культура в детском саду: Подготовительная к школе группа.- М.: Мозаика-синтез,2016. 1.5Физическое развитие. Планирование работы по освоению образовательной области детьми 4-7 лет по программе «Детство»/ авт.-сост. Е.А.Мартынова, Н.А.Давыдова, Н.Р.Кислюк.- Волгоград: Учитель,2016. 1.6. Кириллова Ю.А. Комплексы упражнений (ОРУ) и подвижных игр на свежем воздухе [текст]. / Ю. А. Кириллова. – Детство-Пресс, 2008. – 432 с. 1.7 Сборник подвижных игр. Для работы с детьми 2 – 7 лет. / Авт. – сост. Э.Я.Степаненкова. – М.: Мозаика – Синтез, 2012.

### 3.5. Особенности традиционных событий, праздников, мероприятий

Примерный период реализации	Тема	Варианты итоговых мероприятий	Дополнения, изменения
Сентябрь			
1	Наш любимый, детский сад!	Праздники «День знаний»	
2, 3	Азбука безопасности	Спортивный праздник «Азбука безопасности».	
4	Здоровым быть здорово!	фотовыставка «Мама, папа, я – спортивная семья!»	
Октябрь			
1, 2, 3	Краски осени	Физкультурные досуги: «Разноцветные дорожки» (младшие группы) «Краски осени» (средние группы)	
4	«С чего начинается Родина...» (моя страна, село, дом)		
Ноябрь			
1	«С чего начинается Родина...» (моя страна, село, дом)	Праздник «Россия – родина моя» (День народного единства)	
2	Пожарная безопасность	Спортивный досуг «Пожарные на учениях»	
3, 4	Я и моя семья	Выставка семейного творчества. Праздничный концерт для мам.	
Декабрь			
1, 2	Зимушка-зима		
3, 4	Новый год	Праздник Новый год	
Январь			
2, 3	Неделя зимних игр и забав	Тематические прогулки	
4	Краеведческая шкатулка		
Февраль			
1	Краеведческая шкатулка		
2, 3	Защитники земли русской	Праздник «День защитника Отечества». Проекты.	
4	Народная культура и	Выставки художественного	

	традиции	творчества	
Март			
1	Женский день 8 марта	Праздник 8 Марта.	
2, 3	Неделя родного языка	Чтение стихов	
4	Весна-красна!	Весенние праздники	
Апрель			
1, 2, 3	Весна-красна!	Весенние праздники	
4	День Победы		
Май			
1	День Победы	Праздник день победы	
2, 3	Хорошо у нас в саду!	Выставки семейного творчества.	
4	Внимание, дети!	Развлечения по безопасности дорожного движения	
Июнь			
1, 2, 3, 4	Здравствуй, лето!	Летние праздники	
Июль			
1, 2, 3, 4	Солнце, воздух и вода – наши лучшие друзья	Летние праздники.	
Август			
1, 2	Мое село – Ореховка	Развлечение «Любимое село»	
3, 4	Я и мир вокруг	Оформление коллажей «Как я провёл лето»	

**Приложение 1**  
**к рабочей программе**  
**«Оценочные материалы»**

**Показатели физического развития детей.**  
**Показатели развития для детей от 2 до 4 лет**

Ходит прямо, сохраняя заданное воспитателем направление
Бегает, сохраняя равновесие, изменяя направление, темп бега в соответствии с задачей
Сохраняет равновесие при ходьбе по ограниченной плоскости, при перешагивании через предметы
Сохраняет равновесие при беге по ограниченной плоскости (плоскость ограничена линиями на полу, не возвышенная)
Ползает на четвереньках произвольным способом
Лазает по лесенке произвольным способом
Лазает по гимнастической стенке произвольным способом
Прыгает в длину, отталкиваясь двумя ногами
Катит мяч в заданном направлении
Бросает мяч двумя руками от груди
Ударяет мячом об пол 2–3 раза и ловит
Бросает мяч вверх 2–3 раза и ловит
Метает предметы вдаль
Самостоятельно выполняет доступные возрасту гигиенические процедуры
Сам (или после напоминания взрослого) соблюдает элементарные правила поведения во время еды
Сам (или после напоминания взрослого) соблюдает элементарные правила поведения во время умывания
Имеет элементарные представления о ценности здоровья, пользе закаливания, необходимости соблюдения правил гигиены в повседневной жизни.

**Показатели развития для детей от 4 до 5 лет**

Проявляет интерес к подвижным играм, физическим упражнениям
Бег 30 м, (мин. и сек.)
Бег 90 м (мин. и сек.)
Прыжок в длину с места
Метает предметы разными способами
Отбивает мяч об землю двумя руками
Отбивает мяч об землю одной рукой
Уверенно бросает и ловит мяч
Умеет строиться в колонну по одному, парами, в круг, шеренгу
Ориентируется в пространстве, находит правую и левую сторону
Выполняет упражнения, демонстрируя пластичность, выразительность движений
Следит за правильной осанкой под руководством воспитателя
Моет руки с мылом, пользуется расческой, носовым платком, прикрывает рот при кашле, чихании
Правильно пользуется столовыми приборами, салфеткой, полощет рот после еды
Обращается за помощью к взрослому при плохом самочувствии, травме

**Показатели развития для детей от 5 до 6 лет**

Владеет основными движениями в соответствии с возрастом
Проявляет интерес к участию в подвижных играх и физических упражнениях
Проявляет желание участвовать в играх-соревнованиях и играх-эстафетах
Ходит и бегаёт легко, ритмично, сохраняя правильную осанку, направление и темп
Лазает по гимнастической стенке с изменением темпа

Запрыгивает на предмет (высота 20 см)
Прыгает в обозначенное место с высоты 30 см
Прыгает в длину с места (не менее 80 см)
Прыгает в длину с разбега (не менее 100 см)
Прыгает в высоту с разбега (не менее 40 см)
Прыгает через короткую и длинную скакалку
Бег 30 м, (мин. и сек.)
Бег 90 м (мин. и сек.)
Подъем в сед за 30 сек
Метает предметы правой и левой рукой на расстояние 5-9 м, в вертикальную и горизонтальную цель с расстояния 3-4 м, сочетает замах с броском
Бросает мяч вверх, о землю и ловит его одной рукой
Отбивает мяч на месте не менее 10 раз
Ведет мяч на расстояние не менее 6 м
Выполняет упражнения на статическое и динамическое равновесие
Умеет перестраиваться в колонну по трое, четверо, равняться, размыкаться в колонне, шеренге
Выполняет повороты направо, налево, кругом
Участствует в упражнениях с элементами спортивных игр: городки, футбол, бадминтон и др.
Следит за правильной осанкой
Умеет быстро, аккуратно, в правильной последовательности одеваться и раздеваться, соблюдать порядок в своем шкафу
Владеет элементарными навыками личной гигиены
Имеет навыки опрятности (замечает беспорядок в одежде, устраняет его при небольшой помощи взрослого)
Имеет начальные представления о составляющих (важных компонентах) здорового образа жизни (правильное питание, движение, сон) и факторах разрушающих здоровье
Владеет простейшими навыками поведения во время еды, пользуется вилкой, ложкой
Понимает значение для здоровья человека ежедневной утренней гимнастики, закаливания организма, соблюдения режима дня

#### **Показатели развития для детей от 6 до 7 лет**

Выполняет правильно все виды основных движений (ходьба, бег, прыжки, метание, лазание)
Выполняет физические упражнения из разных исходных положений четко и ритмично, в заданном темпе, под музыку, по словесной инструкции
Участствует в играх с элементами спорта
Выполняет прыжок на мягкое покрытие с высоты до 40 см
Прыгает в длину с места не менее 100 см
Прыгает в длину с разбега до 180 см
Прыгает в высоту с разбега в высоту не менее 50см
Прыгает через короткую и длинную скакалку разными способами
Бег 30 м, (мин. и сек.)
Бег 90 м (мин. и сек.)
Подъем в сед за 30 сек
Бросает набивной мяч (1кг) вдаль
Бросает предметы в цель из разных положений
Попадает в вертикальную и горизонтальную цель с расстояния 4-5 м
Метает предметы правой и левой рукой на расстояние 5-12 м

Метает предметы в движущуюся цель
Умеет перестраиваться в 3–4 колонны, в 2–3 круга на ходу, в 2 шеренги после расчета на первый-второй, соблюдает интервалы во время движения
Может следить за правильной осанкой
Применяет навыки личной гигиены (выполняет осознанно и самостоятельно)
Применяет культурно-гигиенические навыки (может следить за своим внешним видом и т.д.)
Сформированы представления о здоровом образе жизни

**Приложение 2**  
**к рабочей программе**  
**«Методические материалы»**

**Комплексно-тематическое планирование ООД по физической культуре в зале.**

1 младшая группа

Сентябрь

Содержание организованной образовательной деятельности				
Этапы занятия	1-ая неделя	2-ая неделя	3-я неделя	4-ая неделя
Вводная часть занятия	Приучать детей ходить и бегать небольшими группами за инструктором, ходить и бегать всей группой в прямом направлении за инструктором. Познакомить детей с ходьбой и бегом в колонне небольшими группами, на носках, пятках, в колонне по одному, с высоким подниманием колен			
ОРУ	Без предметов	С кубиками	Без предметов	С малым мячом
Основные виды движений	1. Ходить и бегать небольшими группами за инструктором. 2. Учить ходить между 2мя линиями, сохраняя равновесие.	1. Ходьба по бревну приставным шагом 2. Учить энергично, отталкивать мяч 2мя руками.	1. Ходьба с высоким подниманием колен в прямом направлении за инструктором. 2. Подпрыгивать на 2х ногах на месте.	1. Ходьба по рейке, положенной на пол 2. Подлезать под шнур. 3. Катание мяча друг другу
Подвижные игры	«Бегите ко мне»	«Поймай комара»	«Догони меня»	«Найди свой домик»
Малоподвижные игры	«Мышки» Спокойная ходьба	«Гуси идут домой» Спокойная ходьба в колонне по одному	«Гуси идут домой» Спокойная ходьба в колонне по одному	Упражнение на дыхание «Потушим свечи»

Октябрь (1 младшая группа)

Содержание организованной образовательной деятельности				
Этапы занятия	1-ая неделя	2-ая неделя	3-я неделя	4-ая неделя
Вводная часть занятия	Ходьба на носках, пятках, с выполнением заданий, бег в рассыпную, в колонне, по кругу, с изменением направления, останавливаться во время бега и ходьбы по сигналу воспитателя			
ОРУ	Без предметов	С малым мячом	Без предметов	С кубиками
Основные виды движений	1. Ходьба по ребристой доске с перешагиванием 2. Ползание на четвереньках между предметами 3. Упражнять в подпрыгивании на 2х ногах на месте	1. Во время ходьбы и бега останавливаться по сигналу воспитателя 2. Перепрыгивание через веревочки, приземляясь на полусогнутые ноги 3. Упражнять в прокатывании мячей	1. Подлезать под дугой 2. Упражнять в равновесии при ходьбе по уменьшенной площади 3. Упражнять в прокатывании мячей	1. Подлезание под дугой 2. Ходьба по уменьшенной площади 3. Катание мяча в ворота
Подвижные игры	«Поезд»	«Солнышка и дождик»	«У медведя во бору»	«Воробушки и кот»
Малоподвижные игры	«Кто как кричит» Звуковое упражнение	«Молоток» Пальчиковая гимнастика	Упражнение на дыхание «Потушим свечи»	«Ладошки» Самомассаж

## Ноябрь (1 младшая группа)

Содержание организованной образовательной деятельности				
Этапы занятия	1-ая неделя	2-ая неделя	3-я неделя	4-ая неделя
Вводная часть занятия	Ходьба на носках, пятках, с выполнением заданий, в ходьбе колонной по одному; бег врассыпную, в колонне, по кругу, с изменением направления, останавливаться во время бега и ходьбы по сигналу воспитателя			
ОРУ	Без предметов	С малым мячом	С кубиками	С платочками
Основные виды движений	1. Ходьба по уменьшенной площади; 2. Прыжки через веревочки, положенные в ряд 3. Ползание на четвереньках	1. Прыжки из обруча в обруч, приземляться на полусогнутые ноги. 2. Прокатывание мяча через ворота 3. Ходьба по бревну приставным шагом	1. Ловить мяч, брошенный инструктором, и бросать его назад; 2. Ползать на четвереньках. 3. Прыжки вокруг предметов	1. Подлезать под дугу на четвереньках. 2. Ходьба по уменьшенной площади, с перешагиванием через кубики 3. Метание мяча в горизонтальную цель
Подвижные игры	«Мыши в кладовой»	«Автомобили»	«По ровненькой дорожке»	«Кот и мыши»
Малоподвижные игры	«Узнай по голосу»	«Пальчиковая гимн. «Моя семья»	«Найди, где спрятано»	«Где спрятался мышонок»

## Декабрь (1 младшая группа)

Содержание организованной образовательной деятельности				
Этапы занятия	1-ая неделя	2-ая неделя	3-я неделя	4-ая неделя
Вводная часть занятия	Ходьба и бег врассыпную, используя всю площадь зала, по кругу, с изменением направления; на носках, пятках, с выполнением заданий, ходьба и бег колонной по одному			
ОРУ	Без предметов	С мячом	С кубиками	С погремушками
Основные виды движений	1. Ходьба по доске, положенной на пол 2. Прыжки из обруча в обруч 3. Прокатывание мяча друг другу	1. Перебрасывание мячей через веревочку вдаль 2. Подлезать под шнур. 3. Ходьба с перешагиванием через 3 набивных мячей	1. Ползание по туннелю 2. Метание мешочков вдаль. 3. Ходьба по веревочке, положенной на пол, змейкой	1. Ползание под дугой на четвереньках 2. Прыжки через набивные мячи 3. Прокатывание мяча друг другу, через ворота
Подвижные игры	«Наседка и цыплята»	«Поезд»	«Птички и птенчики»	«Мыши и кот»,
Малоподвижные игры	«Лошадки»	Дыхательные упражнения «Подуем на снежинку»	«Найдем птичку»	«Каравай»

## Январь (1 младшая группа)

Содержание организованной образовательной деятельности				
Этапы занятия	1-ая неделя	2-ая неделя	3-я неделя	4-ая неделя
Вводная часть занятия	Ходьба и бег между предметами на носках, пятках, врассыпную с нахождением своего места в колонне, с остановкой по сигналу; парами, с выполнением заданий			
ОРУ	С мячом	С кубиками	С погремушками	С платочками
Основные виды движений	1. Ходьба по наклонной доске (20 см). 2. Прыжки на двух ногах через предметы (5 см) 3. Метание малого мяча в	1. Ходьба по гимнастической скамейке с перешагиванием 2. Ползание по гимнастической скамейке на четвереньках	1. Лазание по гимнастической лесенке-стремянке. 2. Ходьба между предметами, высоко поднимая колени, 3. Прокатывать мяч друг другу	1. Метание мяча в вертикальную цель правой и левой рукой 2. Подлезать под шнур, не касаясь руками пола 3. Ходьба по доске по гимнастической

	цель	3. Прыжки в длину с места		скамейке
Подвижные игры	«Кролики»	«Трамвай»,	«Птички и птенчики»	«Мыши в кладовой»
Малоподвижные игры	«Ножки отдыхают». Массаж стоп мячами ежиками	Дыхательные упражнения «Подуем на снежинку»	«Найдем птичку»	«Каравай»

### Февраль (1 младшая группа)

Содержание организованной образовательной деятельности				
Этапы занятия	1-ая неделя	2-ая неделя	3-я неделя	4-ая неделя
Вводная часть занятия	Ходьба на носках, пятках, с выполнением заданий, направления и темпа движения, останавливаться во время бега и ходьбы по сигналу воспитателя			
ОРУ	Без предметов	С погремушками	С платочками	С кубиками
Основные виды движений	1. Ходьба по ребристой доске 2. Прыжки с продвижением вперед. 3. Прокатывание мяча между кеглями	1. Ходьба по гимнастической скамейке, перешагивая через кубики. 2. Спрыгивание со скамейки – мягкое приземление на полусогнутые ноги; 3. Ползание между предметами.	1. Ходьба по наклонной доске, спуск по лесенке 2. Прокатывание мяча друг другу; 3. Подлезание под дугу, не касаясь руками пола.	1. Ходьба по гимнастической скамейке боком 2. Перебрасывание мяча друг другу и ловля его двумя руками. 3. Подлезание под шнур, не касаясь руками пола.
Подвижные игры	«Кролики»	«Мой веселый, звонкий мяч»,	«Воробышки и автомобиль»	«Птички в гнездышках»
Малоподвижные игры	«Ножки отдыхают». Массаж стоп мячами ежиками	Дыхательные упражнения «Подуем на снежинку»	«Лошадки»	Дыхательные упражнения «Задует свечи»

### Март (1 младшая группа)

Содержание организованной образовательной деятельности				
Этапы занятия	1-ая неделя	2-ая неделя	3-я неделя	4-ая неделя
Вводная часть занятия	Ходьба на носках, пятках, с выполнением заданий, направления и темпа движения, останавливаться во время бега и ходьбы по сигналу воспитателя			
ОРУ	Без предметов	С кубиками	С обручем	С флажками
Основные виды движений	1. Прыжки из обруча в обруч. 2. Ходьба по канату боком 3. Ползание в туннеле 4. Бросание мяча вверх, вниз, об пол и ловля его	1. Ходьба по гимнастической скамейке, приставным шагом 2. Прокатывание мяча друг другу. 3. Пролезание в обруч 4. Прыжки с продвижением вперед	1. Ходьба по ограниченной поверхности 2. Перебрасывание мяча через шнур 3. Лазание по гимн.стенке	1. Ходьба по канату приставным шагом 2. Метание в горизонтальную цель 3. Пролезание в обруч
Подвижные игры	«У медведя во бору»	«Лохматый пес»	«Мыши в кладовой»	«Воробушки и автомобиль»
Малоподвижные игры	Дыхательные упражнения «Пчелки»	Дыхательные упражнения «Надуем шарик»	«Угадай кто позвал»	Пальчиковая гимнастика «Семья»

## Апрель (1 младшая группа)

Содержание организованной образовательной деятельности				
Этапы занятия	1-ая неделя	2-ая неделя	3-я неделя	4-ая неделя
Вводная часть занятия	Ходьба на носках, пятках, с выполнением заданий, ходьба колонной по одному; бег врассыпную, по кругу, с изменением направления и темпа движения, останавливаться во время бега и ходьбы по сигналу воспитателя; учить работать вместе при игре с парашютом			
ОРУ	Без предметов	С обручем	С кубиками	С платочками
Основные виды движений	1. Ходьба по гимнастической скамейке 2. Перебрасывание мяча друг другу и ловля его двумя руками. 3. Подлезание под шнур, не касаясь руками пола.	1. Ходьба по наклонной доске, спуск по лесенке 2. Прокатывание мяча друг другу; 3. Подлезание под дугу, не касаясь руками пола	1. Ходьба по гимнастической скамейке, перешагивая через кубики. 2. Спрыгивание со скамейки на мат приземление на полусогнутые ноги; 3. Ползание между предметами 4. Перебрасывание мяча друг другу	1. Ходьба по лестнице положенной на пол 2. Прокатывание мяча в ворота. 3. Пролезание в обруч 4. Прыжки с продвижением вперед
Подвижные игры	«Солнышко и дождик»	«Поймай комара»	«Светофор и автомобили»	«У медведя во бору»
Малоподвижные игры	«Кто ушел»	«Найди комарика»	«Парашют» Дует, дует ветерок	Дыхательные упражнения «Пчелки»

## Май (1 младшая группа)

Содержание организованной образовательной деятельности				
Этапы занятия	1-ая неделя	2-ая неделя	3-я неделя	4-ая неделя
Вводная часть занятия	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	На больших мячах	С мячами	С палками	С малым мячом
Основные виды движений	1. Ходьба по гимнастической скамейке на носках 2. Прыжки в длину с разбега. 3. Метание малого мяча. 4. Ходьба по лесенке, положенной на пол	1. Ходьба по гимнастической скамейке, перешагивая через кубики. 2. Ползание по гимнастической скамейке на четвереньках 3. Перебрасывание мяча друг другу от груди. 4. Прыжки на двух ногах с продвижением вперед	1. Ходьба по шнуру (боком) руки на поясе. 2. Лазание по гимнастической стенке 3. Прокатывание мяча в ворота	1. Прыжки из обруча в обруч. 2. Ходьба по наклонной доске 3. Ползание в туннеле 4. Метание мешочков вдаль
Подвижные игры	«Светофор и автомобили»	«Мыши в кладовой»	«Поймай комара»	«У медведя во бору»
Малоподвижные игры	Дыхательные упражнения «Надуем шарик»	«Угадай кто позвал»	«Релаксация» «В лесу»	Дыхательные упражнения «Пчелки»

## Сентябрь (2 младшая группа)

Содержание организованной образовательной деятельности				
Этапы занятия	1-ая неделя	2-ая неделя	3-я неделя	4-ая неделя
Вводная часть занятия	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), перешагивая 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»
Малоподвижные 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 (2 младшая группа)

Содержание организованной образовательной деятельности				
Этапы занятия	1-ая неделя	2-ая неделя	3-я неделя	4-ая неделя
Вводная часть занятия	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), перешагивая 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»
Малоподвижные игры	«Гуси идут купаться». Ходьба в колонне	«Карлики и великаны»	«Повторяй за мной». Ходьба с положением рук: за	«Пойдём в гости»

	по одному		спиной, в стороны, за головой	
--	-----------	--	-------------------------------	--

## Ноябрь (2 младшая группа)

Содержание организованной образовательной деятельности				
Этапы занятия	1-ая неделя	2-ая неделя	3-я неделя	4-ая неделя
Вводная часть занятия	Ходьба и бег по кругу, бег между предметами, на носках в чередовании с ходьбой, с изменением направления движения, высоко поднимая колени; бег враспынную, с остановкой на сигнал			
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 (расстояние 3м)	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», «Быстрой к своему флажку»	«Цветные автомобили»	«Лиса в курятнике»	«У ребят порядок...»
Малоподвижные 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 (2 младшая группа)

Содержание организованной образовательной деятельности				
Этапы занятия	1-ая неделя	2-ая неделя	3-я неделя	4-ая неделя
Вводная часть занятия	Ходьба и бег в колонне по одному, перестроение в пары на месте, в три звена, между предметами (поставленными враспынную), по гимнастической скамейке. Ходьба с поворотами на углах, со сменой ведущего. Бег враспынную с нахождением своего места в колонне			
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.	1. Ходьба по гимн.скамейке (на середине сделать поворот кругом). 2. Перепрыгив. через кубики на двух ногах. 3. Ходьба с перешагиван. через рейки лестницы высотой 25см от пола. 4. Перебрасывание мяча друг другу стоя в шеренгах (2 раза снизу).

			4. Прыжки на двух ногах из обруча в обруч	5. Спрыгивание с гимнастической скамейки
Подвижные игры	«Трамвай», «Карусели»	«Поезд»	«Птичка в гнезде», «Птенчики»	«Котята и щенята»
Малоподвижные 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 (2 младшая группа)

Содержание организованной образовательной деятельности				
Этапы занятия	1-ая неделя	2-ая неделя	3-я неделя	4-ая неделя
Вводная часть занятия	Ходьба в колонне по одному, между предметами на носках. Бег между предметами, враспынную с нахождением своего места в колонне, с остановкой по сигналу; со сменой ведущего, с выполнением заданий			
ОРУ	С мячом	С веревкой	С обручем	Без предметов
Основные виды движений	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»
Малоподвижные 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 (2 младшая группа)

Содержание организованной образовательной деятельности				
Этапы занятия	1-ая неделя	2-ая неделя	3-я неделя	4-ая неделя
Вводная часть занятия	Ходьба в колонне по одному, с выполнением заданий, на носках, на пятках, по кругу, взявшись за руки. Ходьба и бег между мячами. Бег враспынную с остановкой, перестроение в звёзду			
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.).	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	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).	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

	4. Ходьба по скамейке на носках (бег со спрыгиванием)	гимнастической скамейке на ладонях, коленях. 4. Прыжки на двух ногах между кубиками, поставленными в шахматном порядке	4. Прыжки на правой и левой ноге до кубика (2м)	
Подвижные игры	«У медведя во бору»	«Воробышки и автомобиль»	«Перелёт птиц»	«Кролики в огороде»
Малоподвижные 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 (2 младшая группа)

Содержание организованной образовательной деятельности				
Этапы занятия	1-ая неделя	2-ая неделя	3-я неделя	4-ая неделя
Вводная часть занятия	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»
Малоподвижные игры	«Замри». Ходьба в колонне по одному с остановкой на счёт «четыре»	«Эхо»	«Найди зайца»	«Возьми флажок»

### Апрель (2 младшая группа)

Содержание организованной образовательной деятельности				
Этапы занятия	1-ая неделя	2-ая неделя	3-я неделя	4-ая неделя
Вводная часть занятия	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»
Малоподвижные игры	«Журавли летят». Ходьба в колонне по одному на носках с выполнением дыхательных упражнений	«Стоп»	«Угадай по голосу»	«Весёлые лягушата». Танцевальные упражнения в сочетании с упражнениями ритмической гимнастики

### Май (2 младшая группа)

Содержание организованной образовательной деятельности				
Этапы занятия	1-ая неделя	2-ая неделя	3-я неделя	4-ая неделя
Вводная часть занятия	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»
Малоподвижные игры	«Узнай по голосу»	«Колпачок и палочка»	«Ворота»	«Найти Мишу»

### Сентябрь (компенсирующая группа)

Содержание организованной образовательной деятельности				
Этапы занятия	1-ая неделя	2-ая неделя	3-я неделя	4-ая неделя
Вводная часть занятия	Ходьба в колонне по одному, высоко поднимая колени, на носках, пятках, с остановкой на сигнал «Стоп»; бег в колонне, враспынную с высоким подниманием коленей, бег до 1 мин перестроение в три звена			
ОРУ	Без предметов	С флажками	С мячом	С обручем
Основные виды движений	1. Ходьба с перешагиванием через кубики, через мячи. 2. Прыжки на двух ногах с	1.Подпрыгивание на месте на двух ногах «Достань до предмета».	1.Подлезание в обруч боком, прямо 2.Перешагивание через бруски с	1.Подлезание под шнур, не касаясь руками пола. 2. Ходьба по ребристой доске,

	<p>продвижением вперед, змейкой между предметами.</p> <p>3.Перебрасывание мячей, стоя в шеренгах, двумя руками снизу, после удара мяча об пол подбрасывать вверх двумя руками (не прижимая к груди).</p> <p>4.Бег в среднем темпе до 1 минуты в чередовании с ходьбой, ползанием на четвереньках</p>	<p>2.Подбрасывание мяча вверх и ловля после хлопка</p> <p>3.Ползание на четвереньках по гимн. скамейке на ладонях и коленях, на предплечьях и коленях.</p> <p>4. Ходьба по канату боком приставным шагом, руки на поясе, с мешочком на голове</p> <p>5.Перебрасывание мяча друг другу двумя руками из-за головы</p>	<p>мешочком на голове</p> <p>3. Ходьба с мешочком на голове.</p> <p>4. Прыжки на двух ногах между кеглями с мешочком между колен.</p> <p>5.Ходьба «Пингвин»</p>	<p>положенной на пол, руки на поясе.</p> <p>3. Ходьба по скамейке (высота – 15см), перешагивая через кубики, руки на поясе.</p> <p>4. Игровое упражнение с прыжками на месте на двух ногах</p>
Подвижные игры	«Мышонок»	«Удочка»	«Мы веселые ребята»	«Ловишки с ленточками»
Малоподвижные игры	«У кого мяч».	«Гуси идут домой» Спокойная ходьба в колонне по одному	Ходьба с выполнением заданий дыхательные упражнения	«Подойди не слышно»

### Октябрь (компенсирующая группа)

Содержание организованной образовательной деятельности				
Этапы занятия	1-ая неделя	2-ая неделя	3-я неделя	4-ая неделя
Вводная часть занятия	Перестроение в колонне по одному и по 2, ходьба и бег в рассыпную, 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	Без предметов	С малым мячом	С большим мячом	С султанчиками
Основные виды движений	<p>1.Прыжки, спрыгивание со скамейки на полусогнутые ноги.</p> <p>2.Переползание через препятствие</p> <p>3.Метание в горизонтальную цель правой и левой рукой.</p> <p>4.Ползание на четвереньках, подлезание под дугу прямо и боком</p>	<p>1. Ходьба по скамейке приставным шагом, перешагивая ч/з кубики.</p> <p>2. Прыжки на двух ногах ч/з шнуры, прямо, боком</p> <p>3.Броски мяча двумя руками от груди, передача друг другу из-за головы.</p> <p>4. Ходьба по скамейке, на середине приседание, встать и пройти дальше</p>	<p>1.Пролезание через три обруча (прямо, боком).</p> <p>2.Прыжки на двух ногах через препятствие (высота 20 см), прямо, боком.</p> <p>3. Перелезание с преодолением препятствия.</p> <p>4.Ходьба по скамейке, на середине порот, перешагивание через мяч</p>	<p>1. Ходьба по скамейке на носках в руках веревочка</p> <p>2..Прыжки через предметы, чередуя на двух ногах, на одной ноге, продвигаясь вперед</p> <p>3.Перебрасывание мяча друг другу, сидя по-турецки</p> <p>4. Ползание по гимнастической скамейке спиной вперед, ноги на вису</p>
Подвижные игры	«Удочка»	«Перелет птиц»	«Гуси-гуси»	«Мы – весёлые ребята»,
Малоподвижные игры	«Эхо»	«Чудо-остров». Танцевальные движения	«Найди и промолчи»	«Летает-не летает».

### Ноябрь (компенсирующая группа)

Содержание организованной образовательной деятельности
--

Этапы занятия	1-ая неделя	2-ая неделя	3-я неделя	4-ая неделя
Вводная часть занятия	Ходьба и бег по кругу, бег между предметами, на носках в чередовании с ходьбой, с изменением направления движения, высоко поднимая колени; бег враспынную, с остановкой на сигнал			
ОРУ	Без предметов	С обручем	С кубиками	Парами с палкой
Основные виды движений	1. Ползание по гимнастической скамейке на животе, подтягивание двумя руками 2. Ведение мяча с продвижением вперед 3. Ползание на четвереньках, подгалкивая головой набивной мяч 4. Бег по наклонной доске	1. Подпрыгивание на двух ногах «Достань до предмета» 2. Подбрасывание мяча вверх и ловля после хлопка 3. Ползание по гимнастической скамейке на ладонях и коленях, предплечьях и коленях 4. Ходьба по канату боком приставным шагом, руки на поясе мешочек на голове 5. Перебрасывание мяча друг другу двумя руками из-за головы	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, прыжки на правой и левой ноге между предметами 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	«Не оставайся на полу»	«Удочка»	«Медведи и пчелы»	«Эстафета парами»
Малоподвижные игры	«Угадай по голосу»	«Затейники»	«Найди, где спрятано»	«Две ладошки». (музыкальная)

### Декабрь (компенсирующая группа)

Содержание организованной образовательной деятельности				
Этапы занятия	1-ая неделя	2-ая неделя	3-я неделя	4-ая неделя
Вводная часть занятия	Ходьба и бег между предметами, построение в шеренгу, проверка осанки, по кругу с поворотом в другую сторону, ходьба в полу приседе, широким шагом, бег с выбрасыванием прямых ног вперед и забрасывании ног назад. Дыхательные упражнения			
ОРУ	Без предметов	С мячом	С обручами	С султанчиками под музыку
Основные виды движений	1. Прыжки со скамейки (20см) на мат 2. Ходьба по наклонной доске, закрепленной на гимнастической стенке 3. Перешагивание через бруски, справа и слева от него 4. Прокатывание мячей между предметами. 5. Ходьба и бег по ограниченной площади опоры (20см)	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	1. Лазание по гимнастической стенке разноименным способом (вверх, вниз). 2. Метание мешочков вдаль. 3. Ходьба по гимнастической скамейке, на середине присесть, хлопок руками, встать и пройти дальше. 4. Прыжки на двух ногах из обруча в обруч	1. Ходьба по гимн. скамейке с перекатом мяча по талии 2. Прыжки с разбега на мат 3. Метание вдаль 4. Ползание на четвереньках с прогибом спины внутрь (кошечка)

		переходом на другой пролет 5.Прыжки на двух ногах через шнур (две ноги по бокам- одна нога в середине)		
Подвижные игры	«Кто скорее до флажка»	«Охотники и зайцы»	«Хитрая лиса»	«Эстафета с рюкзачком»
Малоподвижные игры	«Сделай фигуру».	«Летает- не летает».	«Найди и промолчи»	«Подарки»

### Январь (компенсирующая группа)

Содержание организованной образовательной деятельности				
Этапы занятия	1-ая неделя	2-ая неделя	3-я неделя	4-ая неделя
Вводная часть занятия	Ходьба и бег между предметами на носках, пятках, в рассыпную с нахождением своего места в колонне, с остановкой по сигналу; по кругу держась за шнур, с выполнением заданий, челночный бег			
ОРУ	С мячом	С палкой	С обручем	С султанчиками под музыку
Основные виды движений	1.Ходьба по наклонной доске(40см). 2. Прыжки на правой и левой ногах между кубиками. 3. Попади в обруч (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 в длину с места 4.Метание в цель	1.Подлезание под шнур боком, не касаясь руками пола. 2. Ходьба между предметами, высоко поднимая колени, по гимн скамейке, на середине – приседание, встать и пройти дальше, спрыгнуть. 3. Прыжки в высоту с места «Достань до предмета» 4.Метание вдаль	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»	«Мышеловка»	«Ловля обезьян»	«Мы веселые ребята»
Малоподвижные игры	«Ножки отдыхают». Массаж стоп мячами ежиками	«Зимушка-зима». Танцевальные движения	«Затейники»	«Найди и промолчи»

### Февраль (компенсирующая группа)

Содержание организованной образовательной деятельности				
Этапы занятия	1-ая неделя	2-ая неделя	3-я неделя	4-ая неделя
Вводная часть занятия	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 раскладывая и собирая мелкие кубики 2.Прыжки через скакалку (неподвижную). 3. Прокатывание мяча между кеглями 4.Ползание по-пластунски до	1.Ходьба по гимнастической скамейке, перешагивая через кубики. 2.Ползание по гимнастической скамейке на животе, подтягиваясь руками, хват с боков.	1.Ходьба по наклонной доске, спуск по лесенке 2.Прыжки через бруски правым боком 3.Забрасывание мяча в баскетбольное кольцо 4.Ходьба по гимнастической	1.Ходьба по гимнастической скамейке с мешочком на голове, руки на поясе. 2.Перебрасывание мяча друг другу и ловля его двумя руками. 3. Прыжки через скамейку 4.Лазание по гимнастической стенке

	обозначенного места	3.Ходьба по гимнастической скамейке с поворотом на середине. 4.Прыжки на двух ногах до кубика (расстояние 3м)	стенке спиной к ней	
Подвижные игры	«Пустое место»	«Охотники и зайцы»	«Лиса в курятнике»	«Кто быстрее» эстафета с мячом «Хоп»
Малоподвижные игры	«Зима»	«На параде». Ходьба в колонне по одному за ведущим с флажком в руках	«Найди и промолчи»,	«Стоп»

### Март (компенсирующая группа)

Содержание организованной образовательной деятельности				
Этапы занятия	1-ая неделя	2-ая неделя	3-я неделя	4-ая неделя
Вводная часть занятия	Перестроение в колонне по одному и по 2, ходьба и бег в рассыпную, 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	Без предметов	Со скакалками	С обручем	С султанчиками под музыку
Основные виды движений	1.Ходьба по канату боком, приставным шагом с мешочком на голове 2.Перебрасывание мячей двумя руками с отскоком от пола (расстояние 1,5м). 3.Прыжки из обруча в обруч 4.Ползание по-пластунски в сочетании с перебежками	1. Ходьба по гимнастической скамейке, перешагивая через кубики с хлопками над головой 2.Метание мешочков в цель правой и левой рукой. 3.Пролезание в обручи 4.Прыжок в высоту с разбега	1. Ходьба по ограниченной поверхности боком, с хлопками перед собой 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. 5.Подлезание под дугу	Ходьба по гимнастической скамейке приставным шагом 2.Метание в горизонтальную цель 3.Прыжки со скамейки на мат 4.Лазание по гимнастической стенке разноименным способом
Подвижные игры	«Горелки»	«Пожарные на учении»	«Хитрая лиса»	«Караси и щука»
Малоподвижные игры	«Мяч ведущему»	«Море волнуется»	«Подойди не слышно»	«Затейники»

### Апрель (компенсирующая группа)

Содержание организованной образовательной деятельности				
Этапы занятия	1-ая неделя	2-ая неделя	3-я неделя	4-ая неделя
Вводная часть занятия	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 кубиками	С султанчиками
Основные виды движений	1. Ходьба по гимнастической скамейке с поворотом кругом и передачей мяча перед собой на каждый шаг 2.Прыжки из обруча в обруч.	1.Ходьба по ограниченной опоре с перебрасыванием малого мяча перед собой 2.Пролезание в обруч боком	1. Ходьба по скамейке спиной вперед 2. Прыжки через скакалку 3. Метание вдаль набивного мяча 4. Ползание по туннелю.	1. Ходьба по гимнастической скамейке с мешочком на голове, руки на поясе. 2.Перебрасывание мяча за спиной и ловля его двумя руками.

	3. Метание в вертикальную цель правой и левой рукой 4. Вис на гимнастической стенке	3. Отбивание мяча одной рукой между кеглями 4. Прыжки в высоту	5. Прокатывание обручей друг другу	3. Лазанье по гимнастической стенке с переходом на другой пролет 4. Прыжки через длинную скакалку
Подвижные игры	«Медведи и пчелы»	«Удочка»	«Горелки»	«Ловишка с ленточками»
Малоподвижные игры	«Стоп»	«Найди и промолчи»	«Парашют»	«Кто ушел»

### Май (компенсирующая группа)

Содержание организованной образовательной деятельности				
Этапы занятия	1-ая неделя	2-ая неделя	3-я неделя	4-ая неделя
Вводная часть занятия	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 двух ногах с продвижением вперед	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»
Малоподвижные игры	«Найди и промолчи»	«Море волнуется»	«Релаксация» «В лесу»	«Тише едешь - дальше будешь»

### Сентябрь (средняя - старшая группа)

Содержание организованной образовательной деятельности				
Этапы занятия	1-ая неделя	2-ая неделя	3-я неделя	4-ая неделя
Вводная часть занятия	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, (	1. Прыжки с поворотом «кругом», доставанием до предмета. 2. Метание в горизонтальную цель, в вертикальную цель 3. Пролезание в обруч	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	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

	из-за головы) 4. Ползание на животе по гимнастической скамейке	разноименными способами, пол шнур 4. Ходьба по гимнастической скамейке с перекатыванием перед собой мяча двумя руками, с мешочком на голове	скамейки 4. Прыжки через скакалку с вращением перед собой.	руки в другую 5. Упражнение «крокодил»
Подвижные игры	«Совушка»	«Перемени предмет»	«Ловишка, бери ленту»	«Горелки»
Малоподвижные игры	«Найди и промолчи».	«Дует, дует ветерок»	Ходьба с выполнением заданий дыхательные упражнения	«Подойди не слышно»

### Октябрь (средняя - старшая группа)

Содержание организованной образовательной деятельности				
Этапы занятия	1-ая неделя	2-ая неделя	3-я неделя	4-ая неделя
Вводная часть занятия	Перестроение в колонне по одному и по 2, ходьба и бег в рассыпную, 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 3. Метание в горизонтальную цель правой и левой рукой. 4. Ползание на четвереньках, подлезание под дугу прямо и боком	1. Ходьба по скамейке приставным шагом, перешагивая ч/з кубики. 2. Прыжки на двух ногах с мешочком, зажатым между ног 3. Броски мяча двумя руками от груди, передача друг другу из-за головы. 4. Лазание по гимнастической стенке	1. Пролезание через три обруча (прямо, боком). 2. Прыжки на двух ногах через препятствие (высота 20 см), прямо, боком. 3. Перелезание с преодолением препятствия. 4. Ходьба по скамейке, на середине порота, 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»,
Малоподвижные игры	«Съедобное – не съедобное»	«Чудо-остров». Танцевальные движения	«Найди и промолчи»	«Летает-не летает».

### Ноябрь (старшая группа)

Содержание организованной образовательной деятельности				
Этапы занятия	1-ая неделя	2-ая неделя	3-я неделя	4-ая неделя
Вводная часть занятия	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 в рассыпную, 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	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,	1. Ходьба по гимнастической скамейке, бросая мяч справа и слева от себя и ловля двумя руками 2. Спрыгивание со скамейки на мат. 3. Ползание до флажка прокатывая мяч впереди себя

		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	4. Забрасывание мяча в баскетбольное кольцо	4. Лазание по гимн. стенке разноименным способом
Подвижные игры	«Быстро возьми, быстро положи»	«Удочка»	«Кто скорее до флажка докатит обруч»	«Эстафета парами»
Малоподвижные игры	«Самомассаж» ног мячами ежиками	«Затейники»	«Найди, где спрятано»	«Две ладошки». (музыкальная)

### Декабрь (средняя - старшая группа)

Содержание организованной образовательной деятельности				
Этапы занятия	1-ая неделя	2-ая неделя	3-я неделя	4-ая неделя
Вводная часть занятия	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 3. Метание 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 и промолчи»	«Подарки»
--------------------	-----------	------------------------------	--------------------	-----------

### Январь (средняя - старшая группа)

Содержание организованной образовательной деятельности				
Этапы занятия	1-ая неделя	2-ая неделя	3-я неделя	4-ая неделя
Вводная часть занятия	Построение в колонну, перестроение в круг, в две, в три колонны, повороты вправо, влево, ходьба и бег по кругу, бег змейкой, по диагонали, на носках, пятках, в чередовании с ходьбой, с изменением направления движения, высоко поднимая колени с выполнением заданий, челночный бег			
ОРУ	С палкой	С мячом	С гириями	С султанчиками под музыку
Основные виды движений	1. Ходьба по наклонной доске(40см). 2. Прыжки в длину с места 3. Метание в обруч из положения стоя на коленях (правой и левой) 4. Ходьба по 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 обезьян»	«Мы веселые ребята»
Малоподвижные игры	«Ножки отдыхают». Массаж стоп мячами ежиками	«Зимушка-зима». Танцевальные движения	«Затейники»	«Две ладошки» музыкальная

### Февраль (средняя - старшая группа)

Содержание организованной образовательной деятельности				
Этапы занятия	1-ая неделя	2-ая неделя	3-я неделя	4-ая неделя
Вводная часть занятия	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 рукой 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	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

		использованием перекрестного движения рук и ног 4. Прыжки в высоту		
Подвижные игры	«Ключи»	«Охотники и зайцы»	«Не оставайся на полу»	«Кто быстрее» эстафета с мячом «Хоп»
Малоподвижные игры	«Самомассаж» лица, шеи, рук	«Найди и промолчи»	«Море волнуется»	«Стоп»

### Март (средняя - старшая группа)

Содержание организованной образовательной деятельности				
Этапы занятия	1-ая неделя	2-ая неделя	3-я неделя	4-ая неделя
Вводная часть занятия	Перестроение в колонне по одному и по 2, ходьба и бег в рассыпную, 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. Подлезание в 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 2. Прыжки со скамейки на мат 3. Лазание по гимнастической стенке разноименным способом
Подвижные игры	«Горелки»	«Пожарные на учении»	«Бездомный заяц»	«Караси и щука»
Малоподвижные игры	«Мяч ведущему»	«Море волнуется»	«Подойди не слышно»	«Самомассаж» лица, шеи, рук

### Апрель (средняя - старшая группа)

Содержание организованной образовательной деятельности				
Этапы занятия	1-ая неделя	2-ая неделя	3-я неделя	4-ая неделя
Вводная часть занятия	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. Пролезание в обруч боком 3. Отбивание мяча одной рукой между кеглями 4. Прыжки через короткую	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. Лазание по гимнастической стенке с переходом на другой пролет 4. Прыжки через длинную скакалку

		скакалку		
Подвижные игры	«Догони свою пару»	«Удочка»	«Мышеловка»	«Ловишка с ленточками»
Малоподвижные игры	«Стоп»	«Найди и промолчи»	«Парашют»	«Кто ушел»

### Май (средняя - старшая группа)

Содержание организованной образовательной деятельности				
Этапы занятия	1-ая неделя	2-ая неделя	3-я неделя	4-ая неделя
Вводная часть занятия	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»
Малоподвижные игры	«Найди и промолчи»	«Море волнуется»	«Релаксация» «В лесу»	«Тише едешь - дальше будешь»

### Сентябрь комбинированная группа (подготовительная)

Содержание организованной образовательной деятельности				
Этапы занятия	1-ая неделя	2-ая неделя	3-я неделя	4-ая неделя
Вводная часть занятия	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	1. Прыжки с поворотом «кругом», доставанием до предмета. 2. Метание в горизонтальную цель, в вертикальную цель 3. Пролезание в обруч разноименными способами, пол шнур	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, с боку скамейки 4. Прыжки через скакалку с	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»

	гимнастической скамейке	4. Ходьба по гимнастической скамейке с перекачиванием перед собой мяча двумя руками, с мешочком на голове	вращением перед собой.	
Подвижные игры	«Совушка»	«Перемени предмет»	«Ловишка, бери ленту»	«Горелки»
Малоподвижные игры	«Найди и промолчи».	«Дует, дует ветерок»	Ходьба с выполнением заданий дыхательные упражнения	«Подойди не слышно»

### Октябрь комбинированная группа (подготовительная)

Содержание организованной образовательной деятельности				
Этапы занятия	1-ая неделя	2-ая неделя	3-я неделя	4-ая неделя
Вводная часть занятия	Перестроение в колонне по одному и по 2, ходьба и бег в рассыпную, 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 3. Метание в горизонтальную цель правой и левой рукой. 4. Ползание на четвереньках, подлезание под дугу прямо и боком	1. Ходьба по скамейке приставным шагом, перешагивая ч/з кубики. 2. Прыжки на двух ногах с мешочком, зажатым между ног 3. Броски мяча двумя руками от груди, передача друг другу из-за головы. 4. Лазание по гимнастической стенке	1. Пролезание через три обруча (прямо, боком). 2. Прыжки на двух ногах через препятствие (высота 20 см), прямо, боком. 3. Перелезание с преодолением препятствия. 4. Ходьба по скамейке, на середине порота, 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»,
Малоподвижные игры	«Съедобное – не съедобное»	«Чудо-остров». Танцевальные движения	«Найди и промолчи»	«Летает-не летает».

### Ноябрь комбинированная группа (подготовительная)

Содержание организованной образовательной деятельности				
Этапы занятия	1-ая неделя	2-ая неделя	3-я неделя	4-ая неделя
Вводная часть занятия	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 в рассыпную, 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	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,	1. Ходьба по гимнастической скамейке, бросая мяч справа и слева от себя и ловля двумя руками 2. Спрыгивание со скамейки на мат. 3. Ползание до флажка прокатывая мяч впереди себя

		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	4. Забрасывание мяча в баскетбольное кольцо	4. Лазание по гимн. стенке разноименным способом
Подвижные игры	«Быстро возьми, быстро положи»	«Удочка»	«Кто скорее до флажка докатит обруч»	«Эстафета парами»
Малоподвижные игры	«Самомассаж» ног мячами ежиками	«Затейники»	«Найди, где спрятано»	«Две ладошки». (музыкальная)

### Декабрь комбинированная группа (подготовительная)

Содержание организованной образовательной деятельности				
Этапы занятия	1-ая неделя	2-ая неделя	3-я неделя	4-ая неделя
Вводная часть занятия	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 3. Метание 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 и промолчи»	«Подарки»
--------------------	-----------	------------------------------	--------------------	-----------

### Январь комбинированная группа (подготовительная)

Содержание организованной образовательной деятельности				
Этапы занятия	1-ая неделя	2-ая неделя	3-я неделя	4-ая неделя
Вводная часть занятия	Построение в колонну, перестроение в круг, в две, в три колонны, повороты вправо, влево, ходьба и бег по кругу, бег змейкой, по диагонали, на носках, пятках, в чередовании с ходьбой, с изменением направления движения, высоко поднимая колени с выполнением заданий, челночный бег			
ОРУ	С палкой	С мячом	С гириями	С султанчиками под музыку
Основные виды движений	1. Ходьба по наклонной доске(40см). 2. Прыжки в длину с места 3. Метание в обруч из положения стоя на коленях (правой и левой) 4. Ходьба по 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 обезьян»	«Мы веселые ребята»
Малоподвижные игры	«Ножки отдыхают». Массаж стоп мячами ежиками	«Зимушка-зима». Танцевальные движения	«Затейники»	«Две ладошки» музыкальная

### Февраль комбинированная группа (подготовительная)

Содержание организованной образовательной деятельности				
Этапы занятия	1-ая неделя	2-ая неделя	3-я неделя	4-ая неделя
Вводная часть занятия	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 рукой 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	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

		использованием перекрестного движения рук и ног 4. Прыжки в высоту		
Подвижные игры	«Ключи»	«Охотники и зайцы»	«Не оставайся на полу»	«Кто быстрее» эстафета с мячом «Хоп»
Малоподвижные игры	«Самомассаж» лица, шеи, рук	«Найди и промолчи»	«Море волнуется»	«Стоп»

### Март комбинированная группа (подготовительная)

Содержание организованной образовательной деятельности				
Этапы занятия	1-ая неделя	2-ая неделя	3-я неделя	4-ая неделя
Вводная часть занятия	Перестроение в колонне по одному и по 2, ходьба и бег в рассыпную, 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. Подлезание в 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 2. Прыжки со скамейки на мат 3. Лазание по гимнастической стенке разноименным способом
Подвижные игры	«Горелки»	«Пожарные на учении»	«Бездомный заяц»	«Караси и щука»
Малоподвижные игры	«Мяч ведущему»	«Море волнуется»	«Подойди не слышно»	«Самомассаж» лица, шеи, рук

### Апрель комбинированная группа (подготовительная)

Содержание организованной образовательной деятельности				
Этапы занятия	1-ая неделя	2-ая неделя	3-я неделя	4-ая неделя
Вводная часть занятия	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. Пролезание в обруч боком 3. Отбивание мяча одной рукой между кеглями 4. Прыжки через короткую	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. Лазание по гимнастической стенке с переходом на другой пролет 4. Прыжки через длинную скакалку

		скакалку		
Подвижные игры	«Догони свою пару»	«Удочка»	«Мышеловка»	«Ловишка с ленточками»
Малоподвижные игры	«Стоп»	«Найди и промолчи»	«Парашют»	«Кто ушел»

### Май комбинированная группа (подготовительная)

Содержание организованной образовательной деятельности				
Этапы занятия	1-ая неделя	2-ая неделя	3-я неделя	4-ая неделя
Вводная часть занятия	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 ударя 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»
Малоподвижные игры	«Найди и промолчи»	«Море волнуется»	«Релаксация» «В лесу»	«Тише едешь- дальше будешь»

